



ÍNDEX

Índex	02
Editorial	02
Festes, cultura i tradicions	03-09
Associacions i entitats	10-19
Ajuntament	21-32
Comerç actiu	33
Salut i bellesa	34-36
Lectura	37-38
Parlem de... educació	39
Veterinari	40-41
Esports	42
Arxiu històric	43
Medi ambient	44
Cuina	45
Fruits de la terra	46
Grups municipals	47
Reciclatge	48-49
Ara toca...	50
El teu racó	51

DEL POBLE

Revista municipal
de Bell-lloc d'Urgell

Edició número 24

Publicació semestral
Dipòsit legal: L-473-2007

Edita:

Ajuntament de Bell-lloc d'Urgell

Direcció i Coordinació:

Nadir Castells
ncastells@bell-lloc.cat

Equip de redacció i Correcció:

Carles Folguera Amorós
Judith Pinós Pedrós

Disseny i Publicitat:

CREACIÓ disseny & fotografia
T. 600441919



Ajuntament de Bell-lloc d'Urgell

Plaça Major 8,
25220 Bell-lloc d'Urgell (Lleida)
Tel. 973 56 01 00
www.bell-lloc.cat
ajuntament@bell-lloc.cat

TELÈFONS D'INTERÈS

AJUNTAMENT DE BELL-LLOC

Oficines	973 560100
Fax	973 560562
Dispensari mèdic	973 717200
Veu pública	973 717010
Escola Ramon Farrerons	973 560611
Centre Municipal de Serveis Socials	973 111250
Llar d'infants (Los Vaillets)	973 560895
Pavelló poliesportiu	607 320409
Piscines	662 340775
Allotjament	662 196329

TAXI 636 213070

CONSELL COMARCAL PLA D'URGELL

Mollerussa 973 711313

EMERGÈNCIES 112

ATENCIÓ CIUTADANA 112

MOSSOS D'ESQUADRA 112

Lleida 973 700050

Mollerussa 973 701685

POLICIA Lleida 091

POLICIA MUNICIPAL Lleida 092

Mollerussa 973 602000

GUÀRDIA CIVIL Balaguer 973 445950

BOMBERS 112

Lleida 973 242397

Mollerussa 973 601080

CREU ROJA Mollerussa 973 711282

ICS (CAP) Mollerussa 973 711164

CORREUS Bell-lloc 973 560706

EDITORIAL

En mig de dies freds que comencen a allargar-se recordant que res és per sempre però alhora tot és cíclic, en la natura i en la vida... surt al carrer un nou número de la revista Del Poble, testimoni dels últims mesos viscuts (de Sant Joan a Reis), uns mesos marcats per la intensitat del moment històric que estem vivint i del qual en trobem testimoni en les pàgines d'un dels llibres proposats a la secció llibreria: Operació Urnes de Laia Vicens i Xavi Tedó. Així, en aquestes pàgines, a més de les experiències viscudes com a país, hi trobem també el testimoni de les activitats locals que han realitzat associacions, entitats i ajuntament.

I de nou podeu gaudir de les variades seccions culturals, naturals, de salut i bellesa, d'educació... i de dues seccions que inaugurarem relacionades amb el medi ambient i els animals, respectivament.

Esperem que gaudiu de les propostes i us recordem que la revista és un espai obert a tothom que tingui ganes de compartir les seves inquietuds, curiositats, habilitats i aficions amb la resta del veïnat.

Que sigueu feliços!

Equip de redacció

BIBLIOPISCINES

A l'agost ja és un clàssic!! Els dimarts i dijous la biblioteca es fa present a les tardes de piscina.

Conjuguem els dos mots i ens trobem amb el servei cultural més fresc de l'estiu: "Les bibliopiscines": Una pila de contes i un bon ventall de revistes desperten les seves

gelat o un refresc... esdevé el moment de repòs físic i evasió mental cap al món imaginari dels contes, o el comentari, informació, reportatge... en algun article de revista.

Moments culturals i d'esbarjo, aquest any amb el suport entregat de la Desirée, responsable del



històries en mans de petits i grans lectors: els usuaris de les piscines municipals.

Després d'una remullada, un petit descans i potser un berenar, un

servei, i emmarcats per l'aigua, la gespa, l'ombra frondosa dels arbres i un sol que imposa el ritme de les tardes sorolloses i mogudes de les nostres piscines! ■

11 DE SETEMBRE

L'Ajuntament de Bell-lloc va celebrar, com cada any, la Diada de l'Onze de Setembre amb una sèrie d'actes commemoratius.



El dilluns dia 11, a partir de les 10:30 hores a la plaça 11 de setembre, es va dur a terme l'ofrena floral i la lectura del manifest, amb representants del municipi, entitats i tothom que hi va voler participar.

A continuació, a la plaça Catalunya, hi va haver un esmorzar popular gratuït amb dolç i salat, refrescos, aigua i cafè, i s'anunciaren les pubilles i hereus 2017/2018. ■

FESTA MAJOR DE SETEMBRE

Els últims dies del mes de setembre la localitat de Bell-lloc d'Urgell celebra la Festa Major en honor al seu patró Sant Miquel, amb actes variats organitzats per les diferents entitats del poble en col·laboració amb l'Ajuntament.

Petits, joves i grans podeu gaudir d'una agenda festiva que convida a sortir al carrer i passar-ho bé.

Enguany la celebració es va iniciar el dia 28 de setembre amb una sortida amb BTT de bon matí, organitzada pel Club Alpí i la Xarxa d'Itineraris Saludables i Culturals.

Instal·lacions
J. BOADELLA

Llum·Aigua·Gas
Calefacció·Aire condicionat

JORDI BOADELLA IBÁÑEZ Mòbil 646 886 269
C. Fuster i Rabés 21 Bell-lloc inst.boadella@gmail.com

Ismael Bellet
pintura
DECORATIVA·INDUSTRIAL

Tel. 676 80 66 15 ismabellet@gmail.com
Pl. Creu del Terme 1, 1r 1a 25220 Bell-lloc (LLEIDA)

A la tarda va tenir lloc un espectacle d'acrobàcia a càrrec del grup Beijing Acrobats, seguit de l'acte d'inauguració oficial de la celebració, amb la lectura del pregó de festes a càrrec de la Núria Arnau, una bell-lloquina excepcional, que ha identificat, fet realitat, i posat nom al seu somni: Amor cuinat.

Després del pregó es van imposar les bandes a les púbbles, dames, hereus i cabalers, han estat

EN CATEGORIA INFANTIL:

*Ainhoa Felip Berengué,
Marta Novell Prats,
Abril Marimon Bergé,
Andreu Andrés Roure,
Àlex Creus Seró,
Isaac Amorós Enrich.*

EN CATEGORIA JUVENIL:

*Abril Oliva Palau,
Iris Alentà Oliva,
Helena Cerqueda Gené,
Manel Morell Folguera,
Oriol Felip Roca,
Armengol Leandre Andrés.*

A continuació es van lliurar els premis del concurs de cartells i es va poder degustar un berenar-sopar popular.

Per Sant Miquel l'orquestra Selvatana va posar el ritme a l'eucaristia cantada a l'església, a la ballada de sardanes i a la sessió llarga de ball amb concert. A més, durant aquesta jornada, es va inaugurar l'exposició de pintures



EURO HOGAR

Carme Juste

t. 973 197 272 C. Major 36, ALCOLETGE

75
anys
Des de 1942

Pujol



Tel. 973 60 11 00 www.prefabricatspujol.com
Plaça de l'Esport, 1-25230 Mollerussa (Lleida)

de Montserrat Lladós a la sala multifuncional, organitzada per l'Associació de Dones.



Dissabte, durant tot el matí, es va celebrar la 20a trobada de plaques de cava al carrer de Darrera els Horts organitzada per aquest comerç de la localitat.



Els menuts van gaudir de l'animació infantil, i bell-lloquins de totes les edats van fer un recorregut pels carrers engalanats.

A més, es van fer una sessió de portes obertes a l'estació de bombeig de la Col·lectivitat de Regants al pantà del 33.

A la tarda el jovent va celebrar el ja tradicional correbars, seguit de correfocs per a totes les edats amb el grup de diables Keresus i finalment, per arrodonir la jornada, nit del jovent amb els grups Doctor

Prats, Hey! Pachucos i Dj Queralet. El diumenge de bon matí es va celebrar el recorregut de caça amb esmorzar, a la Castellana. I també la 19a trobada de puntaires. Però a mesura que avançava la jornada el programa festiu es va veure alterat pels colpidors esdeveniments ocorreguts en nombrosos municipis catalans, que ens van deixar sense paraules i amb l'esperit trencat. ■

Fragment pregó 2017

"Els caballitos, la pagueta, sortir de casa amb l'Alba (la meva germana) i el Xavier (el meu germà) iguals de roba que la mama sempre ens feia estrenar per Festa Major, els canelons de la padrina, els soparets amb les amigues amb infinitat de brindis i carcajades, les festes a la disco, tornar a les tantes cap a casa amb l'Ester Bellet passant per l'últim tram que ens separàvem, patinar als festivals de patinatge, ballar sardanes a la plaça Catalunya amb el Saltem i Ballem, les patates amb ketchup delicioses del xurrero d'aquí davant, el préssec amb almívar de la Dolors Mantonya, que sempre ens feia anar a buscar el papa a baix al rebost per menjar-lo de postres, asseure'ns al parque a parlar dels nois guapos del poble, els bailoteos amb nois més grans que ens encantava, ballar Grease a l'escala en hi-fi, anar a missa el dia de Sant Miquel del bracet de la padrina, ... La Festa Major donava per moltíssim! I mira que es feia curta eh?

Quins records...!!!" Núria Arnau

LA CASTANYADA

ESCOLA:

El temps ens ha acompanyat i hem pogut celebrar a l'aire lliure la castanyada, festa tradicional catalana. Tots els nens i nenes de l'escola hem ballat danses al pati davant els nostres amics i familiars, i després hem menjat castanyes calentetes que els pares i mares de l'AMPA ens han torrat.



CELEBREM LA CASTANYADA AMB ELS AVIS

Els nens i nenes de P-5 hem fet una sortida per celebrar la castanyada amb els avis i àvies del centre de dia del nostre poble.

Hem passat el matí amb ells i hem fet un munt d'activitats! Els hem explicat un conte mentre tots esmorzàvem coca amb xocolata, hem recitat unes endevinalles que han encertat entre tots i així han guanyat les medalles que els havíem preparat! I junts, per acabar, hem fet panellets plegats! Quina oloreta quan ja eren al forn!

Hem aprofitat l'estoneta i el solet que encara fa per jugar al parc!

15
Mb

sense permanència
sense sorpreses

15
€
+iva

● PROVA-HO UN MES
SENSE COMPROMÍS

● USUARIS A BELL-LLOC
DES DE 2014

● SERVEI TÈCNIC QUALIFICAT
RÀPIDA ACTUACIÓ

● CONNEXIÓ DE QUALITAT
A QUALSEVOL INDRETT



TECNOLOGIA LLIURE S.C.P.

T. 973 975 931 · contacte@tecnologiallliure.com

I per arrodonir-ho, ens han regalat uns jocs que els avis i àvies han fet!! Ha estat una celebració boníssima! Com els panellets que hem fet!

LOS VAILETS:

El dimarts 31 d'octubre vam obrir les portes de la llar a totes les famílies per celebrar la castanyada amb educadores, infants, pares, mares, tiets, tietes, padrins, padrines..... Va ser un dia molt especial. Al matí la visita de la castanyera i a la tarda la visita de les famílies. Era la primera prova de foc en la que tots ens vèiem les cares i gaudíem d'un projecte en comú. D'això es tracta: treballar junts pels nostres infants.



Ens agrada que l'escola bressol s'ompli de gent que ens porti bones vibracions. Gràcies família.

ESPLAI:

A les 16:00h de la tarda, els nois i noies del nostre poble van començar a preparar la parada i el foc per poder torrar castanyes i moniatos. A partir de les 17:00h i fins a les 21:00h es van vendre a tothom qui volgués a la plaça Catalunya.

Els més petits varen aprendre a fer panellets de totes les varietats, d'aquesta manera fem que les tradicions continuïn a la vegada que ens ho passem d'allò més bé cuinant i menjant! . ■



NADAL I REIS

Torronada al Centre de Dia
Dimecres dia 20 de desembre
L'Ajuntament de Bell-lloc va participar en la reunió que va tenir lloc al Centre de Serveis Socials de Bell-lloc per celebrar les festes amb una bona torronada i amb la magnífica cantada de nades dels nens i nenes de la catequesis de Bell-lloc.

CANTADA DE NADALES PER PART DELS NENS I LES NENES DE L'ESCOLA RAMON FARRERONS

El 22 de desembre, abans de començar les tan esperades vacances de nadal, els alumnes de l'escola van fer una cantada de cançons de nadal pel poble. Vam fer dues parades, una al Centre de Serveis per fer una visita als nostres avis i àvies i, després, cap a la plaça Major, davant de l'Ajuntament.



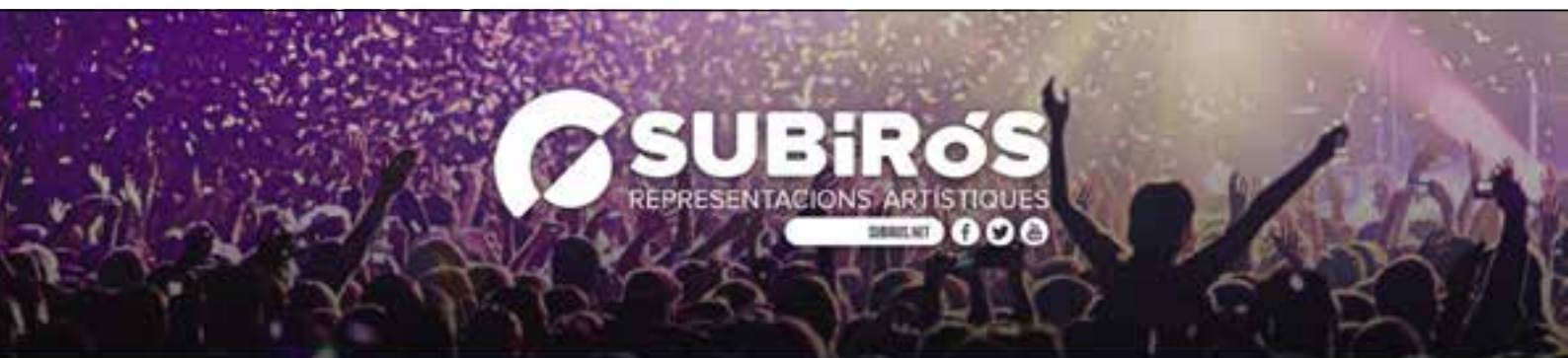
Durant el trajecte ens van acompanyar els pares que ens feien fotos i vídeos i, al final de la cantada, l'Ajuntament i l'AMPA del CEIP ens van oferir un bon esmorzar: coca, xocolata i sucs!

Una manera alegre i divertida de començar les festes i compartir-les amb tots i totes les veïnes del nostre poble!



CONCERT DE NADAL DE L'ESCOLA DE MÚSICA BELLSONS

El passat 23 de desembre, els alumnes de l'Escola de Música BellSons de Bell-lloc d'Urgell,





escola vinculada al Conservatori Superior de Música del Liceu, van ser els grans protagonistes del Concert Solidari de Nadal, en benefici de la Marató de TV3, aquest any dedicada a la investigació de malalties infeccioses.

Es va escollir com a escenari, l'església parroquial del poble. El repertori escollit va ser una selecció de nades i cançons modernes, acompanyades pels professors i conjunt instrumental de guitarres.



Les nades van omplir els moments amb les seves melodies poètiques i inspiradores i van fer que els seus desitjos per les Festes de Nadal quedessin més ben expressats.

A l'Escola de Música ens agrada el Nadal per compartir amb les famílies que durant tot l'any troben important que els seus fills i filles visquin cançons i músiques dins el cor, que s'hi expressin i que les acompanyin amb els seus instruments.

Van voler fer arribar la seva alegria a tots els racons i a totes les persones perquè és quan la compartim que creix i agafa sentit. Per això van col·laborar en el projecte de la Marató de TV3.

Concerts de Nadal Pla d'Urgell
Des del Consell Comarcal es coordinen cada Nadal els concerts de les corals dels municipis del Pla d'Urgell a l'església del seu poble i els diferents concerts que les mateixes corals fan arreu del territori. Aquest any, a Bell-lloc d'Urgell varen venir el dia 24 de desembre i el concert es va fer a les 12:00h.

CONCERT DE SANT ESTEVE

En el marc de les sessions de ball organitzades pel mes de desembre, la del dia 26 va tenir una rellevància especial, al tractar-se del ball del dia de Sant Esteve, musicat per l'orquestra Banda Sonora.

CAP D'ANY

Per acomiadar l'any d'una manera festiva, i donar la benvinguda al nou, els bell-lloquins que així ho van desitjar, es van donar cita a la Sala de la Cultural per gaudir d'un sopar seguit de festa i música amb l'orquestra Banda Sonora.



PATGES I REIS

El Nadal és sinònim de màgia i de il·lusió, sobretot si preguntem als més petits (i, de vegades, no tan petits). És per aquestes dates en que ens retrobem amb personatges màgics que fan realitat les nostres il·lusions.



El primer contacte va ser el dia 30 quan els patges reials ens van visitar per tal de que els nens i nenes de Bell-lloc poguessin entrega'ls la carta amb tot allò que volien, però no va ser fàcil, primer

FORN DE PA I PASTISSERIA
RAMIRO

ELABORACIÓ ARTESANA DE
PA DE PAGÈS
COQUES DE RECAPTE
I TOT TIPUS DE PASTISSOS



J INSTAL·LACIONS

JOSEP BENAVIDES

Tel.606 43 40 05

JORDI PALAU

Tel.606 43 40 07

- ELECTRICITAT
- CALEFACCIÓ
- FONTANERIA
- AIRE CONDICIONAT
- GAS

Alfons XIII, 25 Tel.973 56 04 97 · 25220 Bell-lloc (Lleida)
instalacions1999@yahoo.es

Tels. 973 56 01 80 - 973 71 72 28
C/ Dr. Torredadella 1, 25220 BELL-LLOC D'URGELL

havien de respondre les preguntes que els Patges els feien, i a aquests no se'ls pot enganyar!

La pregunta: T'has portat bé? Era la més difícil de contestar, però els nostres petits veïns (en la seva gran majoria) són bons jans!

Gràcies a l'Ajuntament i a la Comissió de Reis, l'espera va ser més amena jugant amb els inflables que teníem repartits per la Cultural.

Però el dia més important va ser el dia 5, primer vam tenir animació infantil a càrrec del grup "Caram com balla" a la Cultural, coca i xocolata per berenar i ràpid cap a la plaça Lluís Companys!



Allí ens vàrem trobar amb les carrosses de Ses Majestats Reials i... els Carboners!! Aquest any també anaven ben carregats amb tres grans sacs plens de carbó... quins nervis!

El temps anava passant i, per fi, dalt d'un carruatge, van arribar Ses



Majestats Reials! Quin moment! L'arribada va ser d'allò més espectacular!

Però ep! Aquesta no va ser l'única novetat, Ses Majestats es van atansar als Carboners per fer-los entrega de les cartes amb tots els noms dels nens i les nenes que s'havien portat malament i semblava força llarga... i, tot seguit, van carregar els tres sacs de carbó!! Buff... això sí que ens va fer patir una mica a tots...



Tot i així, ens vam oblidar de les preocupacions i vam seguir la rua per tot el poble fins arribar a la plaça Major, allí Ses Majestat van lliurar tres obsequis a Sant Josep, la Verge Maria, Jesús i l'Àngel. En el seu discurs, Ses Majestats ens van parlar de la màgia que ens envolta amb Harry Potter, la de la importància i del recolzament familiar que ens mostra Coco i l'aprenentatge que adquirim en la superació dels obstacles que ens trobem en el nostre dia a dia de la mà de Lady Bug i Cat Noir.

I abans que Ses Majestats Reials comencessin a repartir els regals i el carbó pel nostre poble i per



finalitzar aquell gran moment, però que marcava l'inici d'una nit màgica, vam poder gaudir d'uns increïbles focs artificials.

No voldríem finalitzar aquest petit reportatge agraïnt la gran feina que fa, any rere any, la Comissió de Reis del nostre poble i tot el jovent que ajuden sempre a que aquesta sigui la nit més màgica de totes!



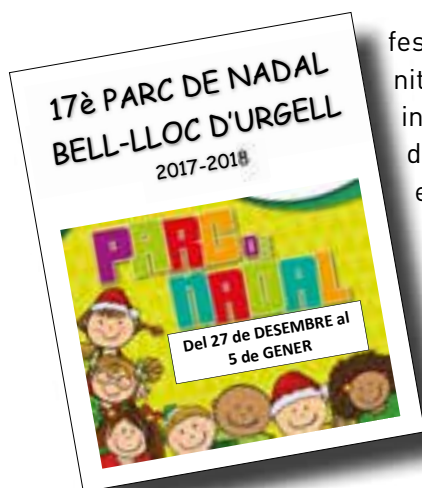


Visita dels Reis al Centre de Serveis
El dia 5 de gener és un dia marcat en gran per als més petits però aquests no són els únics que gaudeixen d'aquest dia!

És per aquest motiu, que des de l'Ajuntament de Bell-lloc vam continuar amb la tradicional visita al Centre de Serveis per poder passar una estona amb els nostres avis i fer-los entrega d'un petit detallat a cada un. Que la màgia del Nadal ens ompli els cors!

PARC DE NADAL

El parc nadalenc és un casal on els joves de 3 a 13 anys poden potenciar la creativitat i les relacions socials amb activitats com el dibuix, la pintura, veient cinema, construint joguines reciclades... tot relacionat amb les



festes nadalenques: la nit de Nadal, el dia dels innocents, la nit de cap d'any, els Reis Mags, etc.

Aquest any varen participar un total de 10 nens des del 27 de desembre fins al 5 de gener. ■

FUNERÀRIA CMB BELL-LLOC

· SERVEI PERMANENT ·

Tel. 676 978 102 - 650 056 951
Travessia carrer Teuleria sn - 25220 Bell-lloc d'Urgell

28è APLEC DE SARDANES DE BELL-LLOC D'URGELL



El dissabte dia 5 d'agost vam celebrar al Parc Municipal, per segon any, el tradicional Aplec de Sardanes amb el sopar a la fresca amb cansalada i llonganissa a la brasa, gelats i cafè i servei de bar. Com sempre, s'hi van aplegar més de 400 persones del poble i de la comarca que vam gaudir de la nit ballant sardanes amb la cobla Jovenívola d'Agramunt i amb l'exhibició de punts lliures de la colla "Dolç Infern" de Lleida.



Com ja es habitual, es va realitzar amb gran èxit l'exhibició de Colles Improvisades amb premis per a tots els participants.

El nostre objectiu és fomentar l'estima i el coneixement de la nostra dansa més popular i que tothom gaudeixi escoltant i ballant sardanes participant de les activitats que realitzem durant l'Aplec.■

ASSOCIACIÓ DE DONES "FLOR DE LIS"

SEGON SEMESTRE DE 2017

11 DE SETEMBRE.
Participem a l'ofrena.



29 DE SETEMBRE.
Inauguració de l'exposició de pintura de la sra. Montse Lladós.
La professora que fa l'activitat de pintura a l'associació.
Ofrena al Sant patró de Bell-lloc.

OCTUBRE:
Inici de les activitats de les sòcies.
Labors, Salsa,
Pilates, Pintura a l'Oli,
loga, Zumba,
Gimnàstica de Manteniment i
el Club de Lectura.

25 DE NOVEMBRE. Celebració del concert de Santa Cecília per part de la soprano M^a José.



27 DE NOVEMBRE.
Participem en l'ofrena de flors pel dia de Víctimes de trànsit.

29 DE NOVEMBRE.
Fem, com cada any, el curset de cuina nadalenca.



IMAG
GAS · LLUM
AIGUA · PETROLIFERES
CLIMATITZACIÓ · CONTRA INCENDIS
ASPIRACIÓ CENTRALITZADA

Tel./Fax. 973 56 02 30 imag@imagrifol.com

Merceria
Roba de casa
Moda

CAL JORDI
1959

Plaça Catalunya, 7 T. 973 56 01 06 BELL-LLOC (Lleida)

14 DE DESEMBRE.

Conferència del Doctor Salvador Vila sobre les malalties infeccioses.



17 DE DESEMBRE.

Es porta a terme l'animació infantil, xocolatada i ball, més posterior sorteig de regals per recollir diners per la marató. Amb la quantitat final de 2600€.



ASSOCIACIÓ DE JOVES

24H FUTBOL SALA

Amb empena i moltes ganes, l'Associació de Joves Bell-lloquins van organitzar el 19è torneig de Futbol Sala. Un any més, 18 equips de tota Catalunya van visitar el nostre poble per gaudir d'una jornada esportiva sota una organització del jovent del poble per que tot funcionés durant tot el dia i la nit.

El torneig el va acabar guanyant un equip de la capital catalana, no obstant això, van ser molt els equips de les terres de ponent i locals que van mostrar la qualitat que tenen amb la pilota als peus.

A destacar d'interès local, el premi a millor jugador del poble aquest any se'l va endur el Josep Mayoral, jugador de 19 anys que amb la seva edat va deixar amb la boca oberta a molts espectadors.

FESTA DE L'AIGUA

La calor de l'estiu va portar una tarda ben divertida pels més petits del poble i per aquells joves que de tant en tant encara tenen aquest esperit infantil. Amb un bon berenar, tothom va poder gaudir d'uns inflables aquàtics, jocs d'aigua i música per animar l'ambient.

Substituint la Festa de l'Escuma dels darrers anys vam apostar per una activitat diferent que, encara que no va ser molt multitudinària, l'Associació de Joves vol convertir-ho en una més de les seves activitats anuals.

SOPAR DEL JOVENT

Un tercer any, La llesca de pa de dos pams i mig que va néixer a l'agost del 2015, va tornar al carrer Pau Casals l'agost del 2017. Després del gran èxit del primer sopar del Jovent, l'Associació va batre el rècord d'assistents en la celebració dels anys anterior.

Més de 300 persones ompliren el carrer de punta a punta, tots ells degustaren el sopar preparat pels propis joves de l'Associació amb molt esforç i alegria.



Ben tips, i per acabar de fer-ho ben rodó, el grup de versions Sixtus, va fer aixecar als assistents de les cadires i gaudir de la festa fins ben entrada la matinada. No és un simple sopar, aquest acte obligatori, ja una tradició, és una manera de mostrar al poble que els joves volem formar part d'aquest disposats a participar amb totes les edats, entitats i activitats.

FESTA MAJOR

Si el poble està de festa, l'Associació de Joves Bell-lloquins té l'obligació moral d'aportar el seu granet d'arena. Un any més el tret de sortida el donà el centenar de persones que participaren

bonArea

Tel. 973 71 72 40
Estació 1, 25220 Bell-lloc

bonArea
AGROCENTRE



CAIXA GUISSONA
www.caixaguissona.es

Tel. 973 56 01 21 · Miquel Parcerisa 24, 25220 Bell-lloc



+ info i demanar hora:
T.973 111 250



Centre Municipal
de Serveis Socials

bell-lloc.social@fundaciosuport.org
C. La Mina (Parc Municipal) 25220 Bell-lloc



al Correbars; una activitat que s'hauria d'anomenar tradició. De bar en bar vam veure la posta de sol jugant i passant una molt bona estona.

Tot seguit, i gairebé sense parar, el Correbars deixà pas al Correfocs. L'Ajuntament va estar molt encertat reunint dins del foc des dels més petits, als joves i als pares de família, qui van revivre una tradició catalana que es trobava a faltar.

El Correfocs acabà a la Cultural, allà l'Associació de Joves ja n'havia preparat una altra de bona. El grup Doctor Prats aixecà el teló i tots els culs de les cadires; ningú va poder resistir-se a saltar i ballar totes les seves cançons, i l'espectacle que creen sobre l'escenari. Després el Dj Nar6sound acompanyà als sobrevivents fins a la primera llum del dia, encara que molts d'ells ja s'havien traslladat davant dels col·legis electorals.

Una altra nit del Jovent per recordar després d'un dia rodó gràcies a la implicació dels joves del nostre poble, que sense dubte van fer que el poble també recordés el dia anterior al gran 1 d'octubre.

ACTE VIOLÈNCIA VIAL

Els accidents de trànsit estan sent els encarregats de robar moltes vides, també vides de bell-lloquins i bell-lloquines que per la distracció seva o d'algú altre al volant van perdre la vida.



Des de l'Associació vam voler celebrar un any més el dia contra la violència vial, recordant les víctimes amb la lectura d'un manifest i reivindicant la importància de posar els cinc sentits a la carretera.

"No estem sols en aquest món i tots tenim ganes d'arribar a casa

sans i estalvis", resumia en una sola frase el manifest mostrant la intenció que tingué l'Associació en la seva lectura i després es commemorà l'escultura del Parc Municipals amb una ofrena floral molt emotiva. S'espera reduir el nombre de víctimes i l'any vinent poder anunciar que el nombre ha estat menor.

TIÓ SOLIDARI

La Marató de TV3 treu el millor de tots nosaltres. Un acte que aquest any l'Associació de Joves també va voler aportar una petita activitat per demostrar la solidaritat del poble, mostrar la cara més humana de la gent.

Juntament amb l'Esplai la Costereta, l'Associació de Joves va organitzar una tarda d'activitats tradicionals a la cultural, un bon berenar de coca i xocolata desfeta i va fer CAGAR EL TIÓ SOLIDARI que havia estat a l'escola durant dues setmanes.



Amb la intenció que aquest Tió vingui cada Nadal, volem demostrar que la màgia del Nadal pot fer reunir al poble i convertir-lo en solidari per col·laborar amb la Marató de TV3, aquest any en lluita de les malalties infeccioses. ■



AMPA LLAR D'INFANTS LOS VAILETS

El setembre arribava i amb ell també ho feia un nou curs escolar a la llar d'infants Los Vailets. Per alguns era només la continuació de la rutina però per d'altres era l'inici d'una nova etapa, una etapa de grans canvis.

Com no podia ser d'una altra manera, la nova Junta de l'AMPA es posava mans a la feina amb moltes ganes de treballar amb i per als nostres petits i petites.



Van passar els dies i arribava la primera de moltes celebracions, la Castanyada: Al matí ens visitava la castanyera, la qual venia carregada de castanyes i moniatos. Ens vam posar molt contents de veure-la i encara ens en vam posar més quan ens va coure les castanyes... que bones!! Vam passar una estona molt divertida menjant castanyes, cantant i ballant amb ella. A la tarda les mares i pares de l'AMPA



van organitzar un berenar al pati de la llar, on vam coure més castanyes i vam poder menjar coca i xocolata.

Els dies s'escurçaven i cada cop feia més fred, el Nadal s'apropava i els tions estaven arribant al nostre poble, quins nervis! El Tió Major ens va fer saber que l'any passat van passar una mica de fred a la Pineda i que enguany farien la seva arribada al Parc Municipal. I així va ser, un bon dia ens vam reunir tots a les portes del Parc i vam anar en

representaven les tres escenes de cada any: els dimonis, els pastorets i pastorettes i el naixement amb l'arribada dels tres Reis d'Orient.

Aquest any les mares i pares de l'AMPA s'hi van esforçar molt i vam poder presentar un pessebre amb decorats nous i renovats. Moltes gràcies per la feina mames i papes!

Per últim, abans d'anar-nos-en de vacances de Nadal vam rebre una visita molt especial, el Pare



busca del nostre tió, n'hi havia de totes mides i maneres, però el més important és que tots els nens i nenes van trobar el seu.

Per donar-los la benvinguda els vam donar una mandarina ben dolça per a que recuperessin les forces, els vam tapar amb una bona manta per guarir-los del fred i ens els vam emportar a casa per cuidar-los i tenir-los ben contents, així ens cagarien força coses!! Per arrodonir la jornada vam poder gaudir d'un petit aperitiu en família.

Ja teníem el Nadal a tocar i efectivament arribava la novena edició del Pessebre Vivent. S'hi

Noel ens venia a visitar des del Pol Nord amb el seu trineu carregat de regals!! Com que tots els nens i nenes s'havien portat d'allò més bé van tenir tots i totes el seu regal. Per agrair aquesta visita tan especial i desitjar-nos unes bones festes tots plegats vam poder gaudir d'un bon berenar. Era l'última festa de l'any amb les famílies.

Aquest any nou l'AMPA continuarà amb les mateixes ganes i la mateixa il·lusió de gaudir plegats de la resta de celebracions i activitats que ens queden pendents! ■



AMPA RAMON FARRERONS

Des de l'associació de mares i pares de l'escola Ramon Farrerons hem engegat el nou curs amb energies renovades i tal com portem fent des de fa anys, proposant i gestionant diferents activitats extraescolars perquè els nostres fills gaudeixin d'un lleure actiu i participatiu.

A més també hem col·laborat amb diferents activitats que s'han realitzat des de l'escola com per exemple el dia de la festa castanyada vam coure castanyes per tots els nens i nenes, els quals, prèviament, ens van fer passar una estona d'allò més animada amb les seves danses. I també vam col·laborar amb l'esmorzar de la cantada de Nades.



Pels vols de Nadal vam alimentar el Tió i així va cagar regals per tots els alumnes; i també vam enviar una carta a Ses Majestats els Reis d'Orient i van dotar l'escola de tauletes per primària i vinils i catifes per a Educació Infantil.



Finalment, recordar-vos que estem a disposició de tots vosaltres per rebre idees, aportacions i suggeriments per bé de millorar la nostra tasca, especialment en relació amb els nens i nenes de l'escola, i de manera més genèrica, amb la resta del veïnat. ■



ESPLAI 2017 COLÒNIES 2017

El dimecres 19 de juliol de 2017 els acampats i els monitors començaven els dotze dies de colònies que com cada any omplen d'aventures, emocions i vivències inoblidables a tots els participants. Aquest any tornàvem a la casa de colònies de El Mirador, al Port del Comte. Des del primer dia ens vam enlairar des de la Terra per anar arreu del sistema solar. L'objectiu d'aquest viatge interplanetari era recollir una sèrie de valors per ajudar-nos a millorar com a persones i com habitants de la Terra. Cada matí rebíem un missatge informatiu dels exploradors nocturns, que ens ajudava a saber a quin planeta havíem aterrat.



Neptú, Júpiter i la Lluna. El dia de la família vam aterrar en un planeta ideal, que gràcies a l'experiència viscuda i els valors transmesos serà la Terra amb l'ajut de tots. Tot i estar de viatge interplanetari no vam oblidar les excursions, un dels pilars d'aquestes colònies.

Les noies i nois de ruta van rodejar tota la Vall del Lord, en una excursió de tres nits i quatre dies amb inici i final a la casa de colònies. Un d'aquells vespres, els acampats de



El missatge, recollit al quadern de bitàcola, anava seguit d'una consigna que ens ajudava a trobar el valor ocult en cada planeta. Entre d'altres vam viatjar a Saturn, Mart, Urà,

primera i segona etapa vam poder comunicar-nos amb els nois de ruta fen senyals lluminoses! En la segona excursió de ruta, juntament amb segona etapa, van coronar el



cim més emblemàtic de Catalunya: El Pedraforca. La primera excursió de segona etapa es va encaminar cap a l'ascensió del Pedró dels Quatre Batlles, el cim més alt de tota la Vall del i des d'on es tenen unes vistes privilegiades de tota la zona del Solsonès. De camí van aprofitar per pujar a la Tossa Pelada.

Els acampats de primera etapa van fer una caminada fins a la font d'Estivella, la seva segona excursió els va dur al mirador del Querol, unes vistes impressionants del Pantà de la Llosa del Cavall i Sant Llorenç de Morunys van deixar sense paraules a més d'un. Els més petits de la colònia, Cicle Inicial van obrir el camí cap al Mirador de L'Art, on més tard ens reuniríem tots per al típic dinar de les colònies.

Entre les activitats que vàrem realitzar a la colònia, cal destacar com a novetat les diferents "Scape Room" que van fer exprémer el cervell als acampats i també als monitors, també destaquem el meravellós i per alguns, aterridor eclipsi solar. Vam fer recreacions de galàxies i constel·lacions per entendre el seu significat i la mateixa nit vam gaudir observant-les en directe! Va haver-hi temps per explicar contes, fer circuits d'orientació, vetllades

musicals i per descomptat, guerres de pintura! Per últim i no menys important la cuina va gaudir d'un nou membre, molt estimat per tothom, que va donar un suport incansable al Joan. L'Íngrid va entrar al món de la cuina de colònies. Cal agrair als habitants de la vall pel seu ajut i acolliment.

Com cada any vam gaudir d'unes colònies increïbles, que van omplir-nos a tots de rialles, aventures, experiències i valors. Els monitors i serem l'any vinent, us esperem a tots i totes amb moltes ganes i il·lusió! ■



ANC

No podran res davant d'un poble unit, alegre i combatiu

Des de l'Assemblea Nacional Catalana de Bell-lloc d'Urgell us volem fer aquest petit resum del que han estat aquests últims mesos frenètics, convulsos, neguitosos i combatius. Aquest curs polític va començar amb la diada nacional l'11 de setembre, on es van mobilitzar, com cada any, més d'un milió de persones.



Des de Bell-lloc vàrem omplir un autocar sencer cap a Barcelona. Més endavant va venir la campanya pel referèndum de l'1 d'octubre, el poble es va mobilitzar al 100% des del primer fins a l'últim dia, encartellant, assistint a actes i concentracions, mobilitzant el vot i



sobretot el mateix dia 1 d'octubre. La campanya es va iniciar amb un acte que vàrem fer de "Motius pel Sí" on es van poder escoltar les opinions de determinades persones representants de col·lectius i partits polítics de Bell-lloc, juntament amb l'economista Ramon Morell, a tots ells moltes gràcies per participar-hi!



A continuació, vàrem omplir places i carrers de cartells i pancartes on es convidava a la participació al Referèndum i també es va col·locar una estructura d'un Sí gegant durant la festa major a la plaça Catalunya on es convidava a tothom a fer-se una foto amb ell. Finalment tota aquesta mobilització va culminar amb l'1 d'octubre, un dia que segurament recordarem tots i totes per la resta de les nostres vides, un



abans i un després, un nou concepte de mobilització ciutadana, d'empoderament de la societat civil, un èxit rotund malgrat totes les pors i nervis que vam passar aquell dia. Va ser llavors a partir de l'1 d'octubre i després de tots els atacs i



repressions que vàrem rebre com a poble, des dels atacs per part de les forces d'ocupació davant dels col·legis electorals, com després amb totes les detencions de càrrecs polítics i els líders d'Òmnium i l'ANC, va ser llavors quan tota aquesta mobilització va haver de fer-se més forta i constant, amb les aturades de país el dia 3 d'octubre i 8 de novembre amb grans manifestacions a Lleida també, les concentracions periòdiques davant dels ajuntaments de tots els pobles i ciutats per reclamar la llibertat dels presos polítics.

Tot això va haver d'anar sumat a recollir grans quantitats de diners

per poder fer front a les fiances que demanaven els fiscals per poder alliberar certs presos polítics, la caixa de resistència es va abastir de milers d'actes organitzats pel territori per recaptar diners i per donacions voluntàries.

A Bell-lloc vam vendre llacets grocs, cartells per les manifestacions a Barcelona i bufandes grogues, tot destinat a engreixar la caixa de resistència. Hem demostrat que no ens espanta res com a poble, que la força la té la gent, que podem assolir tot allò que ens proposem, tot i així hem tingut també moments de decaïment, però no hem de caure en les seves mentides, ni amenaces, cal que ens mantinguem fermes, fidels i valents i acabarem assolint la llibertat que es mereix aquest poble.

Com deia Vicent Andrés Estellés "No et limites a contemplar aquestes hores que ara vénen, baixa al carrer i participa. No podran res davant d'un poble unit, alegre i combatiu". ■

CLUB ALPÍ

Les activitats del Club Alpí Bell-lloc no cessen mai, i són tan variades com variades són les seues persones associades. L'any 2017 el vam acabar amb dos dels nostres socis, l'Albert Roure i el Guillem Padrosa, classificats entre els 30 millors corredors masculins de la 4ª Copa de Curses de Resistència, un fet molt remarcable sobre tot a nivell

personal, ja que és el resultat de molt i molt entrenament i de moltes hores, i kilòmetres a les cames.



A nivell de BTT el Club va organitzar dos pedalades, totes dues eren rutes del del XISC (Xarxa d'Itineraris Saludables i Culturals). La primera la vam organitzar el primer dia de festa major de setembre, i va recor-



re la 4ª sèquia des de Les Borges Blanques fins a Lleida. La segona ruta es va organitzar per recollir aliments pel Banc d'Aliments i va tenir molt bona acollida, va ser una ruta de 42km que feia el tomb íntegre al terme del nostre poble.



pilarpalau.com

PILAR PALAU t.600441919 · pilar@creacio.es
Dr. Àngel Nadal 4 · 25220 Bell-lloc (LLEIDA)

BODA · BATEIG · COMUNIÓ · QUADRES · REGALS

Sessions d'estudi, foto carnet, revelats, curs d'iniciació, curs de retoc digital...



Entrat el gener, una quinzena de persones va assistir, durant dos dissabtes al curs de Socorrisme en el Medi Natural, que va organitzar el Club juntament amb la Creu Roja. El Gener el Club també va organitzar una sortida a la Mussara on es van visitar i fer diferents activitats, es va visitar l'avenc de la Febró i realitzar dos vies ferrades la de la Trona i la de Patacons. ■



LLAR D'INFANTS LOS VAILETS

A la classe de P2 un cop a la setmana treballem per racons.



QUÈ VOL DIR EXACTAMENT TREBALLAR PER RACONS?

Es creen 3 o 4 espais dins de la classe i en cada un dels espais hi ha una activitat (joc) diferent. L'espai creat pot ser un taula, un espai al terra, un espai a la paret.....
Els nens i nenes es distribueixen

en cada un dels espais. De vegades són ells qui trien els racons on volen jugar, sempre hi ha preferències. I d'altres se'ls convida a jugar en un racó determinat.

Els racons a dins de la classe poden ser fixos, permanents, com per exemple el racó del conte , on hi ha exposats tots els contes, el racó del " bon dia" on hi posem les fotos dels infants que han vingut a l' escola, el racó de la tardor que dura força temps i que hi tenim exposat algun material per treballar aquesta estació. I també podem crear racons itinerants o mòbils que els inventem quan volem treballar amb els infants alguna capacitat determinada en moments puntuals. Per exemple un racó per jugar amb plastilina, un racó per fer encaixos, un racó de joc simbòlic (jugar a nines, a cotxes, a metges, al supermercat, a la cuina, al taller) Què pretenem amb el joc per racons? L'infant pot ser atès d'una forma més individualitzada.

Facilita l'observació de l'educadora.
L'infant aprèn a organitzar-se l'espai

i el temps de joc (com a mínim hi ha d'estar jugant 5 minuts).
Aprèn a compartir el joc amb la resta de companys de racó.

Comença a aprendre a decidir i no enfadar-se si algun racó ja està ocupat per altres nens.

Comença a INTERIORITZAR la idea de pertànyer a un grup.

QUANTS INFANTS JUGUEN SIMULTÀNIAMENT A CADA RACÓ?

Depèn de la predisposició i del tipus d' activitat , però normalment són 3 o 4 infants en el mateix racó. Tot i que de vegades les preferències fan que hi hagin racons més visitats que d'altres.

QUANT TEMPS DURA L' ACTIVITAT PER RACONS?

Acostuma a durar com a mínim 30 minuts ens els quals els infants van anant d'un racó a l' altre. Hi han infants que prefereixen estar més estona al mateix racó. ■



ESCOLA RAMON FARRERONS

Decorem el carrer per Festa Major
Els alumnes de l'escola Ramon Farrerons hem pintat diferents científics importants de la nostra història i alguns dels estris que aquests necessitaven per dur a terme la seva tasca. D'aquesta manera, l'escola vol participar en l'activitat de decoració de carrers dins la festa major del nostre poble.



El tema escollit aquest curs és la ciència perquè el nostre projecte interdisciplinari gira entorn a l'experimentació. Durant el curs, cada últim divendres de cada mes es realitzaran tallers internivells d'experimentació.

UN TAST DE CIÈNCIA

Els nostres alumnes van començar els tallers "Un tast de ciència". Aquests tallers formen part del projecte interdisciplinari d'aquest curs.

L'objectiu principal d'aquest projecte és familiaritzar-se amb els conceptes bàsics de ciència, però també donar als alumnes l'oportunitat d'experimentar mitjançant tallers. Els alumnes treballen en petits grups internivells per tal de potenciar la cooperació entre ells.

PATI DE MODA

El divendres a l'hora del pati part de l'alumnat de 5è van decidir fer una desfilada de moda on ells eren els models. Ho tenien programat per fer-ho al pati de l'escola però el temps



els va obligar a traslladar l'escenari a dins de l'escola. Així que el passadís i el vestíbul de l'escola es van convertir en veritables escenaris de moda. Ho van fer tan bé que qualsevol dia els veurem en alguna passarel·la fa-



mosa d'arreu del món. Volem entrada VIP!

Mural "Més iguals que diferents"

L'Escola Ramon Farrerons hem guanyat el concurs de murals "Més iguals que diferents" impulsat per Pagesos Solidaris per sensibilitzar sobre la diversitat multicultural. L'objectiu del concurs de murals ha estat animar als nens i nenes de primària a plasmar de forma gràfica i il·lustrativa els valors d'igualtat, sensibilitat i sostenibilitat.

DENIP

Cada 30 de gener, des de 1964, se celebra el dia Escolar de la Noviolència i la Pau (DENIP) per recordar el llegat de Mahatma Gandhi el dia que es commemora l'aniversari de la seva mort. Els nens i nenes de l'escola, des de P3 fins a 6è, han realitzat simultàniament diferents murals al nostre

pati. Fantàstics i impressionants! Són uns grans artistes, uns excel·lents dibuixants i uns alegres pintors! Aquest ha estat el resultat: ■



JUBILATS

EVENTS FESTIUS I SOCIALS

Del dia 15 al 20 d'octubre celebrem l'homenatge a la gent gran, es munta un càtering per tal de poder fer un



bon dinar als vora 400 assistents a la festa, també gaudim de música i ball amb directe i es finalitza la festa amb el lliurament de les medalles commemoratives a la gent gran.

El dia 1 de novembre, com no pot faltar, celebrem la Festa de la Castanya i el Panellet. Més d'un centenar de persones participen en aquesta bonica vetllada on els membres de la junta fem tot el possible per a que aquesta sigui una bona festa! El 8 de desembre fem la festa de



la Orelleta, ja coneguda per tots i esperada per molt més! Vora 100 persones participen d'aquest acte que ja és tota una institució per a tots nosaltres.

Abans d'acabar l'any organitzem el concurs de pessebres amb la col·laboració de l'Ajuntament de Bell-lloc, una iniciativa creada des de la Llar de Jubilats però en la qual hi té una gran

participació de tots els veïns i veïnes del nostre poble. Aquest any destaquem que van participar un total de 10 pessebres, que això no pari! ■

MUSCUART

Després d'anys fomentant la representació de teatre musical amateur, MUSCUART ha decidit diversificar-se i apostar, també, per la pedagogia teatral. Des del passat mes de setembre i, coincidint amb el llançament de la nova imatge gràfica de l'associació, el grup treballa sota dues branques.

"L'Àtic, Escola d'Arts" és un nou model d'oferta d'educació artística amb la voluntat de projectar un espai on la formació, la creació, la pràctica i la difusió artística estiguin a l'abast de tothom. Des de l'associació s'ha volgut crear escola. Una escola que està impregnada dels valors que MUSCUART té, de tot allò après de la nostra trajectòria, de la nostra manera de veure i viure el teatre.



A L'Àtic el procés educatiu i el resultat artístic tenen la mateixa dimensió. Per aquest motiu es segueix una metodologia que té com a principals objectius el learning by doing, l'aprenentatge a través del joc i el treball dirigit a un projecte concret. La metodologia implantada a l'escola parteix de principis basats en la motivació de l'alumnat per millorar les seves habilitats socials, expressives i emocionals.

ves disciplines. A més s'han realitzat activitats obertes a tota la població. El passat 1 de novembre de 2017 es va realitzar el "Halloween en família" amb tallers terrorífics de customització de vestuari, maquillatge i coreografia amb més de 50 assistents.

L'altra branca de l'associació és "Muscuart On Stage!". Aquesta línia segueix sent l'espai especialitzat en espectacles de teatre musical on els seus participants, que de for-



Actualment, s'estan impartint les tres disciplines que permeten formar a un artista de musicals: Stage-Teatre, Repertori de Cant i Broadway Dance. El professorat, coordinat directament des de l'associació, ha participat en espectacles del grup i tenen formació i experiència professional en les se-

ma no professional dediquen el seu temps a la creació i representació de musicals, triomfen en els escenaris d'allí on s'escenifiquen. Des de fa uns mesos l'associació està treballant en un nou projecte innovador, original i arriscat que esperem que vegi els escenaris ben aviat. ■





Més de 30 anys
al vostra servei!

COMPRA VENDA DE VEHICLES

ocasió · seminous · nous



TALLER
multimarca

Instal·ladors
oficials d'equips
Auto Gas GLP



Tel. 973 56 06 10 - 629 03 42 63

C/ Ramon Fuster i Rabés 6 , 25220 Bell-lloc d'Urgell

www.riba-motors.com

LA MEMÒRIA DEL PLA 1931-1955

Durant la primera setmana de juliol es van projectar a la Sala Multifuncional tres documentals amb protagonistes molts pròxims. Aquests eren avis i àvies de la comarca que explicaven les seves experiències



en tres moments històrics molt importants: La Segona República, La Guerra Civil i els Primers anys del Franquisme.

Aquests tres fets els coneixem gràcies a vàries vies, però sentir com ens ho expliquen persones que van viure-ho, canvia molt.

Gràcies a l'historiador Jordi Soldevila, que coordinava les tres xerrades, es varen resoldre els dubtes que sorgien durant la projecció però també va dinamitzar l'estona fent que la gent participés i les sessions acabessin en debats on tothom podia parlar i compartir experiències. ■

EL DIUMENGE 9 DE JULIOL, MULLA'T PER L'ESCLEROSI MÚLTIPLE A BELL-LLOC!

El Mulla't és una acció de sensibilització social i de solidaritat amb les 40.000 persones que pateixen aquesta malaltia a tot l'Estat. Un acte de participació ciutadana i de



captació de fons, amb l'objectiu de crear serveis per a les persones afectades i donar suport a la investigació de l'esclerosi múltiple al nostre país.

El diumenge 9 i el dilluns dia 10 de juliol, l'Ajuntament de Bell-lloc d'Urgell amb la col·laboració de l'Associació de Joves Bell-lloquins, s'adhereix altre cop a la campanya Mulla't per l'esclerosi múltiple que organitza des de fa uns quants anys la Fundació Esclerosi Múltiple (FEM) arreu de les piscines catalanes. Enguany es celebra la 24ena edició.

A les 12 del migdia, hi va haver un nou intent de batre el record de gent banyant-se simultàniament a la piscina, mentre que a la tarda, a partir de les 5, es van fer curses per a totes les edats amb obsequis per a tots els participants.

Per col·laborar amb aquesta Fundació i amb els malalts d'esclerosi múltiple, tots els assistents van poder deixar el seu donatiu a l'urna que la mateixa FEM havia dipositat a l'entrada de les instal·lacions o comprar material específic, a partir de les 11 hores, elaborat per la FEM (tovalloles, necessers samarretes, bosses, etc.).

Els diners que es varen recaptar sumen un total de: 467€. ■

TORNA EL LICEU A LA FRESCA

L'òpera "Il Trovatore" de Giuseppe Verdi es projectà en pantalla en directe el passat divendres 21 de juliol a les 21:30 hores, a la pista de frontennis municipal.

Per segon any consecutiu, l'Ajuntament de Bell-lloc d'Urgell participà al projecte Liceu a la fresca, una iniciativa del Liceu que vol acostar l'òpera a tots els ciutadans, amb la projecció simultània d'una obra a diferents municipis de Catalunya. Enguany, l'obra escollida fou l'òpera "Il Trovatore" de Giuseppe Verdi, i es projectà en pantalla gran en di-



recte el divendres 21 de juliol a les 21:30 hores, a la pista de frontennis municipal.

Com vàrem fer l'any passat, es va posar a disposició de la gent taules i cadires per aquells que es volguessin portar el sopar de casa i, per als més mandrosos, varen tenir servei de bar allà a la pista mateix.

Ens alegra molt saber que aquest any la participació va superar la de l'any anterior i, esperem, tornar a superar-la l'estiu del 2018 ja que tenim intenció de continuar amb aquesta iniciativa cultural i festiva. ■

L'AJUNTAMENT PROJECTA "LAS CLOACAS DE INTERIOR" A LA SALA MULTIFUNCIONAL

El dijous 13 de juliol a les 21 hores, a la sala multifuncional, la regidoria de Cultura de l'Ajuntament organitzà la projecció del documental "Las cloacas de Interior".

Aquest documental és el resultat de nou mesos de feina d'investigació i anàlisi, que acaben destapant per primera vegada un entorn d'il·legalitats i de corrupció en el si del Ministeri de l'Interior.

El treball, dirigit per Jaume Roures, amb guió de Jaume Grau i realització d'Andrea Ferrando, té un gran

No tanquem a migdia,
obrim dissabtes (visites concertades)

DENTAL OFFICE

TRACTAMENTS DENTALS:

Implantologia i cirurgia bucal · Periodòncia
Ortodòncia · Odontologia estètica · Odontopediatria (nens)

ALTRES TRACTAMENTS:

Treball articulació mandibular (atm)
Medicina estètica facial



GLORIA LOPEZ GRACIA
Lleida - Escriptora

Además de ser responsables de que pueda comer bien y tenga una sonrisa aceptable para una abuela, el equipo de DENTALOFFICE ha conseguido derribar mis prejuicios respecto a las clínicas dentales. Como la mayoría, yo pensaba que sólo se iba a esos "sinietros lugares" a pasarlo mal, pero el cariño y la amabilidad con la que me ha tratado Carmen Pozo y todos sus compañeros, ha hecho que me sienta cada martes, desde hace unos cuantos, como en casa. Así que sólo les puedo dar un ¡bravo! y mi eterna gratitud, por saber poner en su trabajo tanta humanidad.



MARTA POCELLO COSCOLLA
Mollerussa - Auxiliar infermeria

Després de molt temps pensant, vaig decidir ficar-me brackets. Hem van recomanar Dental Office i després de 2 anys de tractament, per descomptat, ha estat un encert. Allí em va rebre un equip de professionals que van resoldre totes les preguntes i dubtes, que eren molts!! Tots els dies no han estat fàcils, però es compensa en veure el resultat final. En aquest temps s'ha creat una relació molt propera amb l'equip de Dental Office, hem compartit molts bons moments. Avui no puc més que recomanar Dental Office a qui com jo tingui "por" d'anar al dentista, allí l'acolliran uns grans professionals.



MAGDA ESTRADA CASTELLS
Mollerussa

Després de perdre algunes peces em van recomanar fer-me una pròtesi dental, la porto sense adonar-me i menjo de tot sense que es mogui. M'agrada el tracte familiar i sobretot professional que hi al centre. T'aconsellen el que més s'adapta a les necessitats i a la butxaca, que també es important.



RAMON TOMAS TORRES
Mollerussa - Fusté

Estic content dels serveis de Dental Office, agraït per l'atenció i l'assessorament rebuts, jo i la meua dona amb tractaments generals i la meua filla amb ortodòncia. Valoro l'atenció personalitzada rebuda i en especial el tracte de la doctora Alba qui em va atendre; a la Carme, la gerent de la clínica i en general, tot el seu equip.

TREBALLEM AMB MÚTUES.

T. 973 60 11 52
640 35 52 19



www.dentaloffice.cat
Av. de la Pau, 26 baixos, 25230 Mollerussa

PRESENTAN AQUEST VAL: **REVISIÓ + FLUOR GRATUÏT**

valor documental gràcies al testimoni de quatre policies que parlen, per primer cop, davant d'una càmera: Marcelino Martín Blas, excap d'Assumptes Interns de la Policia; Jaime Barrado, comissari de policia; José Oreja, sergent de la Guàrdia Civil, i un alt funcionari del Ministeri de l'Interior que ha preferit conservar l'anonimat.

Projectar aquest documental, per part de l'Ajuntament, és una aposta per mostra el funcionament de l'Estat i fins a quin punt és capaç d'arribar per assolir els seus objectius. ■

JOCS DE RECICLATGE A LES PISCINES MUNICIPALS

Com l'estiu passat, el dimarts 18 de juliol es va tornar a realitzar tallers i jocs de reciclatge a les piscines municipals de Bell-lloc perquè els nens (i els adults) aprenguessin a reciclar de forma lúdica i divertida.

L'actuació va tenir una durada aproximada de 2 hores i va anar a càrrec d'educadors/es del servei de Medi Ambient del Consell Comarcal del Pla d'Urgell.

És una iniciativa que anem repetint perquè des de l'Ajuntament volem fer tot allò possible per tal de que el reciclatge arribi a totes les llars i

conscienciar a tots els veïns i veïnes de la importància del reciclatge i dels seus beneficis econòmics, socials i culturals. ■

ARRANJAMENT DEL CAMÍ DE TORREGROSSA

Aquest estiu es van dur a terme les obres d'arranjament del camí de Torregrossa fins a l'alçada del pont del canal.

L'actuació va consistir en el fresat



de les zones en mal estat, en els clots i l'aplicació d'un reg d'adherència seguit d'una capa d'aglomerat calent.

La part més important d'aquesta obra ha estat la més propera al pont del canal ja que el ferm estava en molt mal estat i és un pont on la visibilitat és reduïda a causa de la proximitat a una corba.

Aquest camí és un dels més transitats del municipi al donar accés a diversos equipaments municipals, al poble veí i a la carretera N-240. ■

CONDEMNÀ DELS ATACS TERRORISTES I CONVOCATÒRIA D'UNA CONCENTRACIÓ DE REBUIG

El poble de Bell-lloc d'Urgell es va unir al dolor de les víctimes dels atemptats del passat dijous 17 d'agost a Barcelona i Cambrils, i condemna amb fermesa aquests

fets. També vàrem mostrar el nostre suport als familiars i amics que han patit alguna pèrdua així com reconèixer la tasca que fan les forces de seguretat i els serveis d'emergències.

Per aquest motiu es va convocar una concentració davant de l'edifici de l'Ajuntament a la una del migdia. Aquesta convocatòria, tot i la calor del dia, es va respondre amb una gran presència dels bell-lloquins i bell-lloquines, davant l'horror ens vam unir tots en la lectura del manifest però, sobretot, ens els minuts de silenci que es van fer posteriorment.

Desitgem que mai més haguem de convocar un acte com aquest.

Extracte de la declaració institucional del President de la Generalitat:

"La democràcia i els seus valors intrínsecs, la llibertat i la igualtat, estan per sobre de la violència terrorista. Entre tots, entre totes les institucions, entre tota la ciutadania, doblegarem, sens dubte, aquells que intenten confrontar civilitzacions amb l'ús de la violència. Catalunya ha estat, és i serà, terra de pau. I terra de benvinguda. I no deixarem que una minoria acabi amb la nostra manera de ser que ha estat forjada al llarg dels segles.

Els catalans hem estat, som i serem gent de pau i gent d'acollida". ■

CONFERÈNCIA GARANTIES PER A LA DEMOCRÀCIA

El passat 25 d'agost a les 20:00h es va dur a terme una xerrada informativa, a la Sala Multifuncional per esclarir els dubtes existents sobre el referèndum de l'1 d'octubre.

L'Ajuntament de Bell-lloc d'Urgell conjuntament amb l'Assemblea Nacional Catalana organitzaren una xerrada per aclarir tots els dubtes possibles davant la convocatòria

JOCS DE RECICLATGE A LES PISCINES

VOLS VENIR A JUGAR AMB NOSALTRES?

Piscina municipal
Dimarts 18 de juliol,
de les 11.00 a les 13.00 h



del referèndum de l'1 d'octubre de 2017.

La llei del referèndum, com es farà, on es votarà i altres preguntes es varen veure respostes per la diputada al parlament de Catalunya CARMINA CASTELLVÍ. ■

BELL-LLOC D'URGELL TÉ INTERNET FIBRA ÒPTICA DE MOLT ALTA VELOCITAT

L'Ajuntament i Adamo Telecom van arribar a un acord perquè les 850 llars de Bell-lloc d'Urgell puguin gaudir de l'Internet més ràpid del país.



Fa uns mesos, l'operadora Adamo Telecom va llançar un projecte online per estimar si a Bell-lloc d'Urgell hi havia demanda d'una millor connectivitat a internet.

La bona resposta per part dels habitants va propiciar que l'empresa i l'Ajuntament arribessin a un acord per proporcionar servei a la població.

El desplegament de la xarxa es va realitzar durant els últims mesos del 2017. Un cop finalitzats els treballs, els veïns poden gaudir d'Internet a una velocitat de 1.000 Mb de descàrrega i 300 Mb de pujada. Adamo ofereix també serveis de telefonia fixa i mòbil en paquets flexibles segons les necessitats del client.

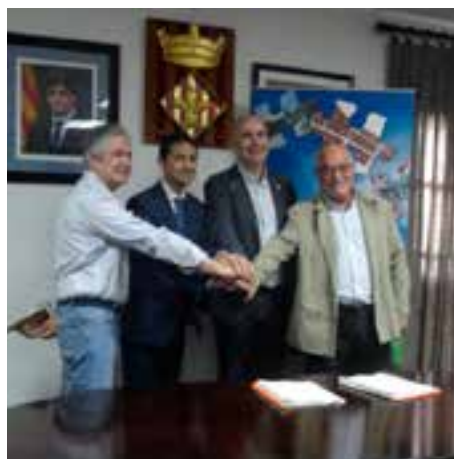
Aquest projecte, impossible sense la bona disposició mostrada tant per Adamo com per l'Ajuntament, posa Bell-lloc d'Urgell al mateix ni-

vell que les grans ciutats de l'Estat pel que fa a qualitat de les telecomunicacions.

Si esteu interessats a contractar els serveis d'Adamo podeu trobar més informació a www.adamo.es, o contactar-los directament al 973 070 809 o al 900 828 800. ■

L'INCASÒL I L'AJUNTAMENT SIGNEN EL CONVENI QUE PERMET DOTAR AL POLÍGON DELS SERVEIS I SUBMINISTRAMENTS NECESSARIS

Amb l'objectiu de dinamitzar l'economia de Bell-lloc d'Urgell, fomentar la creació de nova ocupació i el desenvolupament empresarial de les terres de Lleida, el passat 21 de setembre, l'alcalde de Bell-lloc d'Urgell, Carles Palau i el director de l'Institut Català del Sòl, INCASÒL, Damià Calvet, han signat un conveni de col·laboració que



permet dotar al sector d'activitats econòmiques Vinyes del Mig dels serveis i subministraments necessaris per acollir diverses empreses. L'acord facilita la comercialització de 14 parcel·les industrials que sumen un total de 11,58 hectàrees de superfície.

L'Ajuntament amb aquesta signatura formalitza un dels seus objectius de les polítiques estratègiques de promoció econòmica local: situar el

municipi en l'epicentre de la creació d'indústria, de l'emprenedoria, el desenvolupament de nous productes i serveis, i la innovació en l'eix fonamental del seu creixement.

A l'acte es va convidar a tots els exalcaldes involucrats en el desenvolupament del polígon, finalment va comptar amb la presència dels exalcaldes Sr Josep Cau i Sr. Josep Maria Roure. ■

L'AJUNTAMENT DE BELL-LLOC APROVA UN PLA D'IGUALTAT INTERN ENTRE HOMES I DONES

El passat dijous dia 14 de setembre, el ple de l'Ajuntament de Bell-lloc va aprovar el Pla d'igualtat intern efectiu entre homes i dones per al període 2017-2021.

Aquest és un pla que busca acabar amb les discriminacions entre gèneres que hi ha al món laboral i concretament en l'administració pública. La regidoria de la Dona ha fet un estudi de la situació actual de l'ajuntament i preveu mesures per millorar les possibles irregularitats.

Tots els grups municipals s'hi van mostrar a favor i es va aprovar per unanimitat, fet que demostra que lluitar contra les desigualtats entre homes i dones ha de ser un objectiu ferm per totes les persones implicades. ■

1 D'OCTUBRE

El diumenge 1 d'octubre del 2017 estàvem tots convocats a votar en el Referèndum que havia de decidir si Catalunya es convertia en un estat propi o continuar essent una comunitat autònoma dins l'estat espanyol.

A priori havia de ser un dia de votacions normals però els dies previs es va descobrir que seria diferent, que no tindríem la normalitat que un dia així comporta.

Entre les 5:30 i les 6:00h del matí, la gent, coordinada per l'ANC local del poble, es va anar desplaçant cap als col·legis electorals per impedir que aquests fossin tancats pels Mossos d'Esquadra, en ambdós locals van desaparèixer les portes i les persones estaven disposades a posar-se davant per tal d'impedir que això passés.

Tot i els obstacles, veïns i veïnes del nostre poble estaven disposats que aquest fos un dia festiu, sabien que s'hi haurien de passar tot el dia per defensar les escoles, així que es va posar en marxa un gran dispositiu on tot el poble hi va participar i ajudar, alguns portant cafè, altres pastissos i entrepans, jocs per als més petits, cadires per als més grans...

A causa dels atacs informàtics per part de l'Estat Espanyol, al col·legi electoral establert a la Costereta es va haver de suspendre i es va haver de traslladar tothom a votar a l'edifici de la biblioteca.

Allí es va poder votar amb normalitat tot i les dues falses alarmes de que venia la Guardia Civil (fet que causava molta por ja que ja havíem vist amb quina brutalitat actuaven) i que aquests podrien actuar. Per tal de poder tenir temps de protegir les urnes, alguns veïns es varen establir en les diferents entrades del poble per tal de que ens poguessin avisar amb temps.

Al final, per tal de poder salvaguardar els vots, es va decidir tancar el col·legi abans de l'hora prevista, l'amenaça de que aparegués la policia era constant i la seguretat

dels bell-lloquins/es era la màxima prioritat dels organitzadors.

El recompte es va poder realitzar amb normalitat i es va decidir convocar a tothom a la plaça Major, davant de l'ajuntament, on es va establir una pantalla amb projector i altaveus (gràcies al grup de teatre Som els que som) on tothom va poder seguir el recompte en directe. Havia sigut un dia molt intens i semblava que marxar cap a casa costava molt, necessitàvem estar tots junts per poder superar un dia que ens marcava a tots.

Destacar la unió i el treball conjunt de tots i totes, la superació de la por, la col·laboració infinita que aquell dia vàrem demostrar per tal de poder defensar un dret tan bàsic com és el dret d'autodeterminació de tots els pobles.

Destacar la iniciativa per part de la Regidoria de Cultura de l'Ajuntament on es demana a tothom qui vulgui, a fer un escrit explicant les experiències d'aquest dia, allò que varen sentir o que va significar per a ells aquell dia. A dia d'avui s'han recollit un total de 5 escrits i animem a tothom qui vulgui a escriure'n més i fer-los arribar a l'Ajuntament per mail: ncastells@bell-lloc.cat o de manera presencial a les oficines de l'Ajuntament.

Els resultats a Bell-lloc varen ser:

TOTAL DE VOTS: 887	
Sí	828
No	31
Blanc	10
Nuls	18

L'AJUNTAMENT PRESENTA EN ASSEMBLEA LES MILLORES PER A LES PISCINES MUNICIPALS I LA PLAÇA MAJOR

Després de fer un balanç dels tres últims anys de les instal·lacions de les piscines i recollir les opinions de les persones usuàries a través d'una enquesta l'Ajuntament va presentar l'esborrany de les millores en una assemblea oberta, el dilluns 30 d'octubre a les 20:30 hores, a la sala multifuncional. També va exposar les aportacions fetes pels veïns/es sobre quin model de plaça volen per la Plaça Major.



En la recollida de millores i opinions de l'enquesta, bona part de la gent aposta per una millora generalitzada de les instal·lacions degut a la seva antiguitat i deteriorament del pas de temps, la millora i ampliació de l'espai de la gespa, l'adequació de la piscina per a que hi puguin accedir persones amb alguna discapacitat física, que el desbordament de l'aigua de la piscina sigui en format de platja, etc.

La proposta que aporta l'Ajuntament i que ha estat dissenyada pels equips tècnics del Consell Comarcal suposa un seguit de millores com la separació del bar i el recinte de les piscines, la renovació completa de la piscina petita i mitjana, el desbordament a les tres piscines, així com la renovació de canonades i la creació de més espai de gespa i la millora de l'espai d'esbarjo.

A part, l'enquesta ha aportat una lectura del que no són millores materials, com la de fer abonaments



familiars i/o descomptes a famílies nombroses o monoparentals, obrir la temporada com a mínim una setmana abans, recuperar els cursets de natació, comprar més gandules... en les que també s'està treballant.

Pel que fa a la Plaça Major, la major part de les aportacions van encaminades a fer-la de vianants i a millorar la circulació de la zona. També és majoritari la incorporació de mobiliari i la millora de la font, element simbòlic del nostre poble.

Totes aquestes aportacions es van presentar en l'assemblea de dilluns on a més a més es donà la veu als assistents per a que poguessin aportar noves idees. ■

VALORACIÓ DEL PRIMER ANY DE "BELL-LLOC SOLUCIONA"

El nou aplicatiu BELL-LLOC SOLUCIONA compleix un any de funcionament i l'Ajuntament n'ha volgut fer una valoració.

La valoració d'aquest primer any és satisfactòria ja que la participació dels ciutadans en la gestió diària del poble a través dels comunicats enviats mitjançant aquesta eina ha estat considerable.

Durant aquest any s'han resolt un 85,7% de les incidències comunicades. El 14,3% que resten pendents són incidències que tenen un procés de solució més elaborat com per exemple el problema de velocitat al camí de Vilanova o l'excés de trànsit al carrer Sant Jordi.

Tot i aquesta bona valoració, la voluntat és potenciar encara més aquesta eina per a que la comunicació amb els ciutadans siguin més àgil i efectiva. Convidem a tothom a que "treguin tot el suc possible" a aquest mitjà de participació.

L'Ajuntament de Bell-lloc continua apostant per les noves tecnologies en matèria de comunicació i trans-

parència però sense oblidar els canals habituals per relacionar-se amb els veïns i veïnes. ■

L'ART DEL DIORAMA A LA BIBLIOTECA JOAN SOLÀ

El divendres dia 3 de novembre a les 19:30 hores, la Biblioteca Pública Joan Solà de Bell-lloc inaugura l'exposició "L'art del diorama: idees per fer un pessebre de guix".



La mostra va comptar amb les obres elaborades per l'artista Joan Condal, i mostrava un recorregut a través del qual s'explicava com es fa un diorama, un pessebre artístic de guix completament encaixat, que es veu des d'un únic punt de vista.



L'exposició va permetre veure tot el procés creatiu: com es treballa el guix, com es fa la perspectiva, la forma d'il·luminar i pintar, els efectes especials i els acabats finals. A més, s'hi va mostrar una selecció de diorames per comprovar-ne el resultat final.

Aquesta exposició va estar oberta

al públic en horari de biblioteca (de 17:30 a 20:30 hores) fins el dia 17 de novembre amb una gran assistència de públic.

Aquesta iniciativa, la de fer exposicions temporals a la biblioteca, ja ve de la legislatura anterior i varem creure encertat continuar amb una iniciativa tan bona i profitosa per al nostre poble. ■

FORMACIÓ SOBRE L'ALZHEIMER EN ZONES RURALS

El divendres dia 10 de novembre, l'Ajuntament organitzà una jornada formativa sobre l'Alzheimer en zones rurals, oberta a tothom i adreçada principalment a familiars cuidadors de malalts d'Alzheimer i altres malalties neurodegeneratives.



La jornada, que es va dur a terme entre les 16 i les 20 hores a la sala multifuncional, anà a càrrec d'Anna Corbera, Psicòloga Associació Alzheimer de Tàrrrega i comarca. Una jornada en la qual varen assistir no sols persones que dediquen part del seu temps a tenir cura dels malalts si no també estudiants d'infermeria que varen trobar en aquesta jornada, una manera diferent de millorar i ampliar la seva formació. ■

L'AJUNTAMENT DE BELL-LLOC S'AFEGEIX A LES ATURADES GENERALS

El dia 3 d'octubre, després dels fets ocorreguts el dia 1, les càrregues policials i els més de 1000 ferits durant la celebració del referèndum, l'Ajuntament va trobar apropiat adherir-se a l'aturada general que va decidir tot el país. D'aquesta manera, volien mostrar el seu absolut rebuig contra la violència policial d'aquell dia.

L'Ajuntament condemna enèrgicament l'empresonament de càrrecs polítics escollits democràticament per la ciutadania i de persones de la societat civil que han exercit el seu dret de llibertat de pensament i d'opinió.

És per aquest motiu que l'Ajuntament es va afegir a la convocatòria d'aturada general del dimecres 8 de novembre convocada per la Intersindical-CSC. Les oficines de l'Ajuntament varen estar tancades al públic. Només hi va haver servei de registre.

La Biblioteca i el pavelló poliesportiu també van romandre tancats i es van garantir els serveis mínims a la llar d'infants. ■

CAMPANYA PER MILLORAR LA RECOLLIDA SELECTIVA I EVITAR LA PRESÈNCIA DE VOLUMINOSOS AL CARRER

Dimecres 15 de novembre hi va haver un punt d'informació al mercat on educadors ambientals van informar sobre els bons hàbits a l'hora de llençar els residus.

Amb l'objectiu de reduir la fracció resta, és a dir, tots els residus que es llencen junts i ja no es reciclen, el Consell Comarcal del Pla d'Urgell va iniciar una nova campanya de sensibilització adreçada als ciutadans i als comerços. En els propers anys el cost de tractament d'aquesta fracció es veurà progressivament incrementat, i això repercutirà directament en la taxa



d'escombraries. És per aquest motiu que es vol fomentar la recollida selectiva, així com evitar la presència de residus voluminosos abandonats al costat dels contenidors al carrer.

Coincidint amb el dia de mercat a Bell-lloc, el dimecres 15 de novembre es van instal·lar punts informatius on educadors ambientals informaren sobre els bons hàbits a l'hora de llençar els residus, a més de resoldre dubtes. També s'editaren tríptics informatius que es van repartir a totes les llars.

Una de les accions de la campanya és animar als veïns i veïnes del Pla d'Urgell a etiquetar fotografies duent a terme accions de reciclatge i poder participar al concurs d'Instagram #pladurgellrecicla. Amb premis per la foto més votada pel públic, per la millor foto individual i col·lectiva escollida per un jurat i també per sorteig entre les fotografies als assistents als punts informatius.

Respecte als residus voluminosos deixats al costat dels contenidors, durant la campanya els educadors ambientals hi col·locaran adhesius per identificar el seu abandó com a conducta incívica i informar sobre la seva correcta gestió. Darrerament s'ha detectat un important increment d'aquests residus al carrer, generant molèsties, brutícia i empitjorant l'estat de la via pública. De forma paral·lela, es realitzaran

visites als bars i restaurants de la comarca per fomentar la recollida selectiva i oferir cubells i/o contenidors per facilitar el reciclatge dels envasos lleugers i vidre.

El percentatge de recollida selectiva al Pla d'Urgell es situa actualment al 45%, superior a la mitjana catalana que és del 38,5%, si bé cal millorar-lo per assolir l'objectiu del 60% de recollida selectiva fixat per l'Agència de Residus de Catalunya per l'any 2020. ■

BELL-LLOC NO VA TENIR LLUMS DE NADAL

L'Ajuntament de Bell-lloc d'Urgell es va afegir a l'acord del Consell d'Alcaldes del Pla d'Urgell de no instal·lar il·luminació nadalenca en els municipis de la comarca com a mesura de protesta per l'empresonament dels Consellers de la Generalitat de Catalunya, així com els responsables de l'ANC i Òmnium Cultural Jordi Sánchez i Jordi Cuixart. Tan sols es va col·locar llums a l'Ajuntament del municipi.

Aquest any les festes de Nadal varen estar marcades, malauradament, per l'exili i la presó provisional imposada als membres del govern de la Generalitat de Catalunya, és per aquesta raó que els ajuntaments de les poblacions del pla van decidir que una manera de recordar que persones honestes i

valentes no podran tenir el Nadal que es mereixen juntament amb les seues famílies, era no obrir la il·luminació nadalenca. Per nosaltres va ser un esforç, però l'esforç que han fet i estan fent ells per tots nosaltres és molt més gran.

L'Ajuntament és conscient de que era una decisió que no agradaria a tothom i que va portar la seva controvèrsia entre els veïns, però l'equip de govern creu en els seus principis i davant d'aquest tipus d'injustícies no podien restar de braços plegats.■

ESTALVI I EFICIÈNCIA ENERGÈTICA A BELL-LLOC D'URGELL

Ala lluita contra el canvi climàtic és un dels reptes globals més importants que afronta la humanitat. Estem vivint un canvi climàtic provocat en bona mesura pel model de desenvolupament del darrer

per activitats quotidianes com el transport, l'enllumenat i la climatització de les llars, el tractament de residus o l'activitat agrícola i industrial.

La comunitat científica ha traslladat la necessitat d'actuar d'immediat als diferents governs i fa temps que s'està avançant, encara que lentament, en assumir compromisos concrets. Però l'acció i les mesures per combatre aquest escalfament global sovint passen per canvis a escala local i també individual. És una mostra evident aquella màxima de pensa globalment i actua localment.

L'Ajuntament de Bell-lloc d'Urgell s'ha adherit a la iniciativa del Pacte d'Alcaldes i Alcaldesses per l'Energia Sostenible i el Clima. Es tracta d'una iniciativa europea que suposa un compromís de reduir un 40%

l'emissió de gasos d'efecte hivernacle abans del 2030, alhora que

d'aquest pacte comporta elaborar i aprovar un document estratègic de planificació energètica i climàtica local i alhora implementar una sèrie d'accions els propers anys. En efecte, es tracta del Pla d'acció per a l'energia sostenible i el clima (PA-ESC) que l'ajuntament ha elaborat i aprovat amb el suport de la Diputació de Lleida.

El PAESC de Bell-lloc d'Urgell preveu mesures d'estalvi i eficiència energètica que haurà d'aplicar l'ajuntament en tots els seus equipaments i instal·lacions. Entre aquestes, es poden destacar la possibilitat d'instal·lar una caldera de biomassa i una xarxa de calor per compartir entre l'escola, la llar d'infants i el pavelló; una caldera de biomassa a l'edifici de l'ajuntament; substituir totes les làmpades d'enllumenat per dispositius de baix consum, millorar l'aïllament de la coberta i sostre de la Cultural; instal·lar plaques fotovoltaiques per generar energia als sostres d'alguns equipaments, etc.

Algunes d'aquestes mesures ja s'han començat a aplicar des d'aquesta any com és la de comprometre a les empreses subministradores d'energia de l'ajuntament que el 100% de l'energia provingui de fonts renovables. D'altra banda, també es preveuen mesures que es traslladen a l'àmbit residencial i de serveis del municipi, perquè s'hi puguin sumar voluntàriament i contribueixin a la reducció de les emissions de tones de CO₂, que és l'indicador de referència. Entre les mesures previstes pel sector residencial i de serveis Bell-lloc d'Urgell trobem promoure l'enllumenat eficient i de baix consum, fomentar la instal·lació de calderes de biomassa per la calefacció, fomentar la renovació d'electrodomèstics per adquirir-ne de classe A (de màxima eficiència), promoure l'ús dels vehicles híbrids, elèctrics o de baixes emissions, incrementar la recollida selectiva de residus, etc. En conjunt, el pla d'acció del municipi de Bell-lloc d'Urgell consta



segle que comporta un escalfament global del planeta. Aquest increment de temperatura mitjana es manifesta en diferents intensitats, però ja s'observa arreu del planeta. Les causes principals d'aquest escalfament global són les emissions dels anomenats gasos d'efecte hivernacle. Aquests gasos provenen principalment de la combustió de derivats de petroli que usem en diferents formes d'energia

treballem per potenciar l'eficiència energètica, l'ús i producció d'energia renovables i també l'adaptació al canvi climàtic que irremediablement haurem de suportar.

Aquest ambiciós compromís es pren en tot l'àmbit del municipi en les activitats relacionades amb el sector serveis –inclòs per tant l'ajuntament–, el transport, els residus i els habitatges. Formar part

de 27 accions que suposen una reducció de 3.746 tn CO2 per l'any 2030 i equivalen a un 40,3 % de les emissions respecte l'any 2005. Un compromís ambiciós però assolible per tota la ciutadania per la lluita contra el canvi climàtic.

SABIES QUE:

- Les làmpades tradicionals incandescent s'han deixat de fabricar per prohibició de la UE perquè són molt ineficients. L'alternativa són les halògenes d'estalvi, les de baix consum i les LED.
- Les làmpades de baix consum suposen un estalvi en energia del 80% i duren fins a 10 vegades més.
- Les calderes de gas natural són una bona alternativa al gasoil pel que fa a reducció d'emissions de CO2 (un 25%), però les calderes de biomassa es consideren que fan zero emissions si aquesta biomassa s'ha produït de manera sostenible.
- Un estalvi energètic molt important en les llars pot venir d'un bon aïllament, en especial dels tancaments de portes i finestres, com per exemple el vidres dobles o de càmera.
- Incrementar la temperatura de calefacció a l'hivern suposa un increment del consum energètic del 8%. Mentre que reduir la temperatura de refrigeració a l'estiu suposa un increment del consum del 10%. Es considera òptim una temperatura de consigna de termòstats a 20°C a l'hivern i de 25°C a l'estiu.
- El transport representa més del 50% de les emissions de CO2. L'ús de vehicles de baixes emissions, híbrids o elèctrics, el transport públic i compartir el cotxe redueixen significativament les emissions. ■

TROBADA DE DONES RURALS AL PLA D'URGELL

El passat dia 25 de novembre, es celebraren les IX Jornades de la



Dona Rural, què van tenir lloc a les 10:00h a la Sala d'Actes de la Incubadora d'Empreses.

L'objectiu principal que han tingut sempre aquestes jornades ha estat visualitzar la contribució de les dones al desenvolupament rural, reconeixent la rellevància del seu paper en l'àmbit econòmic, social i cultural, entre d'altres.

Aquestes jornades són obertes a tot el públic en general, perquè la seva funció informativa va més enllà de qualsevol ideal polític i doctrina religiosa, ja que el seu missatge és transversal i pretén explicar quina és la realitat que es viu en el nostre territori.

Sota el títol: Dones rurals, motor del progrés, es va voler mostrar la

iniciativa, les idees i projectes de diferents conferenciantes que van assistir a les jornades.

Totes elles eren dones de la nostra terra que amb la seva valentia han sabut tirar endavant diferents projectes.

Un fet que s'ha volgut remarcar per part de l'Ajuntament és que a causa de la implantació de l'article 155 de la Constitució espanyola, gairebé no es pot celebrar aquest dia ja que al estar intervinguda l'economia de la Generalitat, no varen poder rebre les ajudes que sempre feien arribar i va haver de ser l'Ajuntament, amb la ferma decisió de que aquestes jornades havien de continuar fent-se, qui va assumir tots els costos ■



COMENÇA L'ARRANJAMENT DE LA PLAÇA MAJOR

Durant tot un matí i part de la tarda, es va dur a terme l'arranjament de la plaça Major de Bell-lloc, amb la pavimentació d'aquesta zona del municipi que el consistori preveu, en un futur, convertir en zona de vianants.



Aprofitant l'avinentsa també es va pavimentar el pas elevat al carrer Orient per facilitar l'accés a les persones amb problemes de mobilitat a la plaça de l'Església, una reforma que l'Ajuntament tenia en ment des de fa temps. ■

EL CENTRE DE DIA DE BELL-LLOC TINDRÀ PLACES SUBVENCIONADES PER LA GENERALITAT DE CATALUNYA

El Departament de Benestar i Família ha atorgat a l'Ajuntament de Bell-lloc d'Urgell i al centre municipal de serveis 5 places concertades de centre de dia. És la primera vegada que, gràcies a les gestions fetes per la regidoria de Benestar Social, el centre de dia tindrà places subvencionades per la Generalitat de Catalunya amb tots els beneficis pels usuaris que això representa.

D'aquesta manera, totes aquelles persones grans del municipi que es troben en situació de vulnerabilitat social podran optar de manera prioritària i d'acord amb els criteris de selecció, a places del centre de dia, evitant així haver de marxar a residències i centres d'altres localitats, amb el desarrelament que això significa.

El Departament de Benestar i Família es qui estableix l'ordre de prioritat a l'hora d'accedir a una de les places. Per més informació, podeu contactar amb el centre per telèfon trucant al 973 11 12 50 o contactar-hi per correu electrònic a l'adreça bell-lloc.social@fundacio-suport.org ■

TALLER D'ESTRATÈGIES PER A L'ESTALVI ENERGÈTIC A LA LLAR

L'hivern és l'època de l'any on més notem l'augment del cost de les nostres factures, ja siguin de llum, gas i/o aigua.

És per aquest motiu que l'Ajuntament organitzà, el dia 16 de desembre de 11:00h a 13:00h a la Sala Multifuncional, un taller d'eficiència energètica en l'àmbit domèstic, adreçat a tots els públics, per aprendre a aplicar mesures d'estalvi a les nostres llars.

L'objectiu del taller va ser sensibilitzar i donar recursos analítics i bones pràctiques personals al veïnat del poble per promoure una resposta activa i responsable als actuals reptes ambientals que l'Ajuntament a adoptat adherint-se al PAESC (Pacte d'Alcaldes per l'Energia Sostenible i el Clima) que pretén reduir en almenys 40% les emissions de CO2 a l'any 2030, i així també reduir econòmicament el cost de les factures.

El taller va estar impartit per la Marta Buira (arquitecta) i el Ramon Porta (enginyer), i es recomanà a totes les persones que hi assistiren, portar factures de gas i/o llum, per a poder resoldre'n tots els dubtes. ■

NOU INSTRUMENTAL MÈDIC PER AL CONSULTORI LOCAL

L'Ajuntament de Bell-lloc d'Urgell, seguint el consell de l'equip mèdic, ha adquirit nou material i instrumental mèdic per al consultori local.

Aquest equipament s'ha pogut comprar gràcies a una subvenció que ha atorgat la Diputació de Lleida, que ha aportat 5.150 euros. L'adquisició del nou instrumental, que es fa sota la demanda de l'equip mèdic, ha inclòs entre d'altres, pulsòmetres, un dermatoscopi, un tensiòmetre, un esterilitzador, diversos espèculs nasals, etc. ■

TALLER "A BOSSA OBERTA" AL PARC MUNICIPAL

El dilluns dia 18 desembre, al Parc Municipal de Bell-lloc d'Urgell, es va dur a terme l'activitat "A bossa oberta".

Un taller públic obert a tota la població, per tal de millorar la recollida selectiva i resoldre dubtes i que es basà en analitzar el contingut de bosses d'escombraries provinents



de diferents contenidors del poble, per tal de mostrar la quantitat de residus que no s'acaben reciclant perquè no es posen en el contenidor correcte. ■

CONTINUA LA RESTAURACIÓ DE L'ARXIU HISTÒRIC

Continuant amb la tasca que ja encetada i amb el convenciment de la importància del nostre patrimoni cultural, l'ajuntament ha restaurat tres llibres més del nostre Arxiu.



Aquest cop, ha sigut el torn de tres llibres: Nacimientos (21 de maig de 1872 a 26 de maig de 1874). Aquests

tres llibrets es trobaven en força mal estat de conservació ja que ni tan sols tenien tapes, només unes simple cartolines cosides les quals gairebé ja n'hi hi eren.

Les tasques de restauració han estat: netejar les pàgines, restaurar aquelles que estaven trencades i consolidar-les i posar unes tapes per tal de protegir els documents.

En les imatges que teniu a continuació podeu veure l'estat en que es trobaven els llibres, el procés de restauració i com es troben ara després de la intervenció. ■

TALLER DE GUARNIMENTS DE NADAL PER ADULTS

El dia 16 de desembre, a la Sala Multifuncional, l'Ajuntament va organitzar un taller de guarniments de Nadal gratuït per adults.

En aquest taller ens varen ensenyar a fer, de manera senzilla i divertida, diferents tipus de guarniments.

Aquests podien començar a ser senzills però gràcies a la imaginació i les ganes que li volguessis posar, podies arribar a fer diverses creacions que et podien servir per decorar l'arbre de nadal o altres elements de la casa. ■

ELECCIONS 21D

El 21 de desembre es van celebrar eleccions al Parlament de Catalunya. Aquestes no van ser unes eleccions normals ja que venien imposades pel govern espanyol en l'aplicació del article 155, amb el

qual varen cessar el govern elegit legítimament el passat 27 de setembre del 2015.

Com a novetat en el nostre poble, cal remarcar que es varen ajuntar les dues meses electorals i es van concentrar les dues a la Cultural (suprimint la que es trobava a la sala de la Costereta), d'aquesta manera, es facilitava la concentració de la votació com en molts altres municipis.

Cal destacar l'alta participació dels veïns/es en aquests comicis ja que va votar un 85.29% del cens electoral.

Pel que fa l'escrutini, els votants de Bell-lloc d'Urgell varen decidir:

Junts per Catalunya:	497
ERC:	406
CUP:	63
Ciutadans:	187
PSC-PSOE:	113
PP:	60
Podem:	48
PACMA:	5
PUM+I:	2
Blanc:	14
Nuls:	9

Total: 1404 vots escrutats.

FORMACIÓ A L'IDA

La Incubadora d'Empreses de Bell-lloc ofereix formació constant a través de cursos i jornades de recerca de feina i emprenedoria, una iniciativa que té per objectiu facilitar eines a empresaris i a emprenedors per crear o dinamitzar un negoci, i als aturats/des a trobar feina.

PEIXATERIA

LLUÏSA ORRIT

Tel. **973 560 552**
Generalitat de Catalunya 10

perruqueria  **JOSEFINA**

T. 973 71 70 15 · 973 56 01 65
T636 06 62 18 C/General Prim, 2

Podeu trobar informació al respecte en el web de l'IDA.

I tot seguit, llistem la relació de jornades, cursos i tallers, realitzats els darrers mesos:

Jornada gratuïta:
"NOVA NORMATIVA OBLIGATORIA EN PROTECCIÓ DE DADES RGPD (Reglament General de Protecció de Dades).
 Obligacions, canvis, sancions i les seves implicacions".
 Dijous 8 de febrer de 2018

Jornada gratuïta:
"EINES PER APRENDRE LES HABILITATS DE VENDA I COMUNICACIÓ. NEUROVENTES PER EMPRESES"
 Dijous 14 de desembre



Jornada gratuïta:
"EINES PER APRENDRE LES HABILITATS DE VENDA I COMUNICACIÓ. NEUROVENTES PER EMPRESES"
 Dijous 14 de desembre

Taller gratuït:
"GESTIÓ EMOCIONAL I TALENTOSA PER EMPRENEDORS/ES. Clau de l'èxit personal i professional"
 Dimarts 12 de desembre de 2017



Taller gratuït:
"Estratègies innovadores per l'emprenedoria. LEGO Serious Play"
 Dijous 30 de novembre de 2017



Jornada gratuïta:
"COM FER UN PLA DE MÀRQUETING DIGITAL PER UNA EMPRESA"
 Dijous 23 de novembre



Conferència gratuïta:
"COMPLIANCE. La nova responsabilitat penal de l'empresa. Com afecta la recent reforma del Codi Penal a empresaris i directius?"
 Dimarts 14 de novembre

CURS D'ELABORACIÓ D'UN PLA D'EMPRESA
 Dissabtes a partir del 11 de novembre de 2017

Curs gratuït
"APRÈN A FER ÚS DE LES EINES GOOGLE GRATUÏTES"
 Tots els dimarts i dimecres del dimarts 7 de novembre de 2017.



Càpsules formatives:
"DIJOURS EMPRENEDORS"
 Els dijous 2, 9 i 16 de novembre de 2017

Curs gratuït:
"PLANIFICACIÓ I CONDUCCIÓ EFECTIVA DE REUNIONS PER EMPRENEDORS/ES"
 Els dimarts i dimecres.
 A partir del 25 d'octubre de 2017.

Taller gratuït:
"COMUNICACIÓ I HABILITATS SOCIALS PER EMPRENEDORS/ES"
 Dijous 19 d'octubre de 2017

Taller gratuït:
"REINVENTAR-SE MÉS ENLLÀ DE LA ZONA DE CONFORT"
 Dimarts 10 d'octubre de 2017

Curs gratuït:
"EINES DE COACHING PER A CONSEGUIR ELS TEUS OBJECTIUS COM EMPRENEDOR/A"
 Els dilluns i dijous.
 A partir del 9 d'octubre de 2017.



Curs gratuït:
"100 ERRORS QUE NO HAURIES DE COMETRE SI VOLS GENERAR NEGOCI DIGITALMENT"
 Els dilluns i dijous.
 A partir del 2 d'octubre de 2017.



Tallers gratuïts:
"Construint xarxes de creixement empresarial: GESTIÓ DEL TALENT: ATRACCIÓ, DESENVOLUPAMENT I RETENCIÓ DEL PERSONAL"
 Els dijous 14 de setembre i 5 d'octubre de 2017

Tallers gratuïts:
"Construint xarxes de creixement empresarial: COM POTENCIAR EL TEU LIDERATGE I INFLUIR EN EL TEU EQUIP"
 Els dimarts 20 de juny i el dijous 20 de juliol de 2017

Curs gratuït per a joves
"EDICIÓ DE FOTOGRAFIA DIGITAL"
 De dilluns a divendres a partir del dilluns 3 de juliol de 2017.■

PEIXATERIA

LLUÏSA ORRIT ARENAS

El per què d'obrir una peixateria no és una resposta fàcil, tot i que tampoc difícil; suposo que el que vull dir és que varen ser diverses les raons i factors que m'hi porten, el fet de que la mare n'hagués tingut una als pisos del Pereta, que després agafés la de l'Amparo, diverses converses amb amics i familiars... tot això em porta a que el 6 de juny de 1991 obrir la peixateria.

Durant tots aquests anys he après, i compartit amb la gent, que jo no tinc una feina, tinc un privilegi ja que m'encanta el que faig i tot allò que l'envolta. És obrir la botiga i entrar al meu món, el meu territori; un lloc de treball i d'esbarjo.

Ser autònoma i dona és dur, poder compatibilitzar feina i família no és fàcil i en més d'una ocasió he hagut de fer algun que altre malabar... Treballo entre 12/13h jo sola i gestiono tota la paperassa, un gruix de burocràcia que tots els que som autònoms coneixem tan bé.

Després tens la feina de la casa i arriba un punt en que t'emportes allí la feina i costa una mica desconnectar. Sort que les feines domèstiques sempre les hem tingut compartides amb el Benjamí i això ajuda molt.

Amb el naixement de la Maria vaig descobrir l'avantatge del meu negoci, podia tenir cura d'ella i no renunciar a la botiga.



Tenir-la al meu costat em donava alegria i més d'una clienta es feia càrrec d'ella o gaudia fent-li carantoines.

Un dels fets a destacar de la meua feina (i de les que més m'agraden) és el tracte amb la gent, aquest és molt agradable, l'intentes personalitzar segons la persona, donar-te compte de petits detalls fa que ells t'apreciïn... en un moment deixen de ser clients i passen a ser, a part de veïns/es, els teus amics; tens converses, comparteixes rialles i alguna que altra preocupació. No sols tinc una peixateria, vull tenir un espai (i així ho intento) on tothom es senti còmode i com a casa.

Els moments més durs que he viscut són dos i estan molt propers en el temps. El primer fou la mort del pare al 2007, una persona que m'ajudava moltíssim i que era un gran suport, no sols en la botiga si no també en el meu dia a dia. I l'inici de la crisi econòmica, on la duresa de ser autònom encara es va accentuar molt més. Aquests dos fets em van fer plantejar moltes coses... en

els moments durs ets tu sol contra el món i, en aquell moment, aquest era un món molt hostil.

Però soc de naturalesa optimista i vaig decidir tirar endavant, no deixar que l'adversitat em vencés. He de reconèixer que en aquests moments baixos, amics i/o clients amb la seva fidelitat i companyia, poc a poc, vaig poder anar tirant endavant. Un gràcies de part seva o altres comentaris positius, feien el dia a dia molt més lleuger. Ara, puc dir ben orgullosa, que estic contenta de no haver tirat la tovallola!!

Ens trobem a la peixateria! ■

AQUÍ VA EL "BRICOCONSELL":

CONSELLS :

A l'hora de congelar el peix fresc, espera't! No ho facis quan arribis a casa de seguit.

Es recomana tenir-lo un parell d'hores a la nevera (amb la mateixa bossa), d'aquesta manera, es va aclimatant a la temperatura i així conserva el sabor i la textura del peix fresc.

Quan el posis al congelador tens dues opcions: posar-lo amb un paper film o amb les bosses de conservació de fred, aquella bossa amb la qual jo us dono el peix!



QUÈ NO ET POT FALTAR AL NECESSER DE L'ESTIU?

PAQUITA CUNILLERA

Arriba el temps de vacances i per l'escapada d'estiu hem de preparar el necesser.

Avui farem una guia dels productes que t'has d'emportar per no carregar la bossa de coses innecessàries.

AIGUA MICELAR:

En un sol producte trobem diverses aplicacions. Aquesta aigua ens serveix per desmaquillar, hidratar i suavitzar la pell. També s'utilitza per desmaquillar els ulls; només ens cal mullar un cotonet i podem netejar les impureses de la pell, els ulls i els llavis, tot en un sol producte.

BB CREAM:

Molt eficaç per corregir imperfeccions de la pell. Unifica i iguala el color al mateix temps que ens hidrata la pell. Canvia el teu maquillatge per una BB cream que de ben segur t'agradarà.

BARRA DE LLAVIS:

Quina et fa falta? Quina et queda millor? Un vermell per quan surts de festa i un color natural per complementar el dia a dia.

POLS DE MAQUILLATGE:

Si són polvos compactes han de ser del color de la teva pell. Els utilitzarem per dissimular granets, taques, cicatrius i amaguen les brillantor dels excessos de suor.

LLAPIS NEGRE I RIMEL:

Serveixen tant per fer la ratlla als ulls com per fer la sombra en cas de voler aconseguir l'efecte d'uns ulls foscos ja que són fàcils de difuminar per la parpella.

CORRECTOR:

És com una base de maquillatge però més espessa. Es posa sobre les bosses dels ulls, els granets, les ulleres...es difumina suaument i tot arreglat.

COLORET:

Antigament les nostres padrines es pessigaven les galtes per fer-se pujar el color. Ara, amb un copet de brotxa ja tenim el resultat esperat.

SÈRUM:

El podem utilitzar tant de matí com de nit, abans de la crema corresponent. Tenen un toc més fluït que les cremes i la seva funcionalitat és antienvelliment i augmentar la hidratació.

PROTECTOR SOLAR:

Imprescindible a la bossa de la platja. És el millor cosmètic anti-tiedat perquè ens ajuda amb les tasques d'antienvelliment. S'ha d'aplicar 30 minuts abans de prendre el sol i repetir cada 2 hores o cada vegada que sortim de l'aigua. Recordeu també, que per anar a la platja no heu de portar maquillatge ni perfum (són fotosensibles).

HIDRATANT CORPORAL:

Després del sol és normal que a l'estiu la pell estigui més deshidratada.

Així que a part de beure aigua per hidratar-nos, també és necessari aplicar-nos crema hidratant.

D'aquesta manera ens assegurem una pell bronzejada, hidratada i saludable.

Tots els productes que fem servir els vam comprar perquè ens van agradar però recordeu que no són eterns i per tant, s'han de revisar perquè amb la calor poden patir algun canvi en la seva consistència i fluïdesa, ja que ens podrien provocar alguna reacció estranya.

El que hem de fer en cas de dubte és deixar-los de banda, la pell ens ho agrairà. ■



DIETA PER A LA CURA DE LA MICROBIOTA INTESTINAL

IRIS CASTELLS MEDA

Dietista-nutricionista
clínica i esportiva

Núm. col·legiat: CAT000937

QUÈ ÉS LA MICROBIOTA?

La microbiota és el conjunt de microorganismes que colonitzen un hoste i viuen en mutualisme amb ell, és a dir, tots dos obtenen beneficis d'aquesta relació. En el nostre organisme, hi ha diversos tipus de microbiota. En aquest article ens centrarem en la microbiota intestinal.

MICROBIOTA INTESTINAL, COMUNAMENT CONEGUDA COM A FLORA INTESTINAL

La microbiota intestinal, antigament coneguda com a flora intestinal, és el conjunt de microorganismes que habiten en el nostre tracte intestinal, i que mantenen una relació de benefici mutu amb nosaltres. És a dir, nosaltres els facilitem un hàbitat i substrats per a alimentar-se, i elles ens proporcionen un seguit de funcions a diferents nivells: metabòlic, fisiològic i a nivell del sistema immunològic.

En estudis recents, s'ha demostrat que la microbiota intestinal té un paper molt important en l'aparició de diferents malalties molt prevalents en la nostra societat, en les que s'ha observat un desequilibri en la composició d'aquests microorganismes, causant una DISBIOSIS INTESTINAL.

Algunes d'aquestes malalties són: l'obesitat, diabetis tipus 1 i 2, síndrome metabòlica, lupus eritematós sistèmic, artritis reumatoide, malaltia inflamàtoria intestinal, síndrome del còlon irritable, malaltia celíaca (...)



COM PODEM CUIDAR LA NOSTRA MICROBIOTA INTESTINAL?

La dieta té un paper fonamental en la composició i el funcionament de la microbiota intestinal. És important portar una dieta equilibrada i variada ja que quan estem menjant, alhora també ho fan els milers de microorganismes que habiten el nostre intestí, per així, dur a terme les seves funcions.

S'ha vist que les persones que segueixen una alimentació basada en cereals refinats, poca fibra i en aliments fermentats, i amb un gran abús d'additius i edulcorants, tenen grans efectes en la composició de la microbiota intestinal, comprometent així la diversitat i variabilitat d'espècies, en comparació als que segueixen una dieta rica en fibra, amb cereals integrals, etc.

PREBIÒTICS

Les dietes altes en fibra són riques en prebiòtics. Els prebiòtics són els ingredients no digeribles de la dieta que en ser fermentats per la microbiota intestinal afavoreixen el creixement d'espècies beneficioses sobre les nocives, conferint beneficis en la salut de la persona. La llet materna també conté substàncies considerades com a prebiòtics.

PROBIÒTICS

Els probiòtics, en canvi, són microorganismes que ingerim vius i que, si són administrats en les quantitats idònies, també confereixen beneficis per a la salut de l'individu. Podem trobar bacteris probiòtics en diferents aliments com ara el iogurt, quefir, jocoque (típic de la gastronomia Mexicana), xucrut, kimchi (típic de la cuina Koreana), confitats, kombucha, tempeh (comú en les dietes vegetarianes), i en complementos alimentaris de venda en farmàcies i dietètiques.

Un dels factors per evitar la disbiosis intestinal és seguir una alimentació equilibrada rica en aliments vegetals, aliments fermentats, etc.

S'ha vist que els hàbits alimentaris a llarg termini tenen un paper determinant en la composició i estructura de la microbiota intestinal.

Afegint aliments amb efecte prebiòtic es pot modular en positiu la microbiota intestinal aportant múltiples beneficis al nostre organisme. ■



EL LLIGAMENT CREUAT ANTERIOR DEL GENOLL (LCA): ROBERT TARRIO I CARULLA



Fisioterapeuta de l'esport durant 10 anys al bàsquet professional de Lleida.

*Professor associat a la UdL (2014/17).
Núm. col·legiat: 2611*

El lligament creuat anterior (LCA) i el lligament creuat posterior (LCP) són de vital importància per donar estabilitat anteroposterior al genoll. Es troben dins l'articulació del genoll i estan sobreposats formant una lletra X. Sovint es parla dels "creuats", però en realitat la gran majoria de vegades la lesió es centra en el creuat anterior. És atípica la lesió simultània d'ambdós lligaments.

Associat a la lesió del LCA, és habitual l'afectació del lligament lateral intern (LLI) que es troba a la part interna del genoll. Si a més existeix una afectació meniscal, parlarem de la famosa "triada", és a dir, tres lesions diferents en una.

També podem trobar petites alteracions del cartílag articular que es produeixen quan en el moment de la lesió les 2 superfícies articulars (tíbia i fèmur) xoquen entre elles.

Per tant veurem que tot i parlar de lesió del LCA, poden haver-hi moltes dificultats i complicacions afegides que faran que la forquilla de recuperació després de la cirurgia estigui entre els 6 i 12 mesos.

EL TRENCAMENT:

El mecanisme lesional habitual és quan amb el peu recolzat a terra flexionem el genoll i apliquem una



força contundent que fa que el genoll "se'n vagi" cap endins (valgo). Normalment aquest gest es produeix quan després d'un salt, en el moment del recolzament no tenim les cames ben alineades amb l'eix del cos. Seria un cas típic del futbol, que és el responsable del 50% de les lesions de LCA que es produeixen. També es lesiona sovint practicant esquí i en esports de contacte o amb topades fortuïtes.

DIAGNÒSTIC:

El dolor per sí sol no ens dona massa informació sobre l'abast de la lesió. Per altra banda podem trobar un genoll inflammat i calent ja que la ruptura del lligament produeix un sagnat dins el genoll que és fàcil de comprovar si fem una punció-aspiració de líquid sinovial.

Els test diagnòstics que utilitzem en fisioteràpia per avaluar aquesta lesió es basen en la inestabilitat que provoca al genoll i són:

- Test de Lachman.
- Test del calaix anterior.
- Pivot shift test.

La ressonància magnètica (RMN) és la prova complementària perfecta per aclarir el diagnòstic.

CAL OPERAR?

En cas que sigui una ruptura parcial (encara queden fibres del lligament útils) fent una bona recuperació normalment no serà necessari.

En cas d'una ruptura total, si volem portar una vida activa que inclogui practicar algun esport ocasionalment i som joves és la millor opció, si no ens exposem a tenir un desgast prematur (artrosi), lesions meniscals i a que de tant en tant notem que el genoll "se'n va" i estiguem uns dies dolorits.

El perfil de persona que es pot plantejar si val la pena operar-se és aquella que té una vida poc activa físicament, un treball sedentari, és prima i la seva edat es situa a partir dels 50 anys.

Evidentment en l'esport d'elit no hi ha altra opció si es vol continuar en la competició. ■

LLIBRERIA

La llibreria és una secció de ressenyes literàries. Envia'ns la teva proposta amb la sinopsi d'un llibre que hagis trobat interessant.



EL BOSÓN DE HIGGS NO TE VA A HACER LA CAMA

Javier Santaolalla

Idioma: Castellà

Editorial: La esfera de libros

Pàgines: 366

ISBN: 978-84-9060-772-5

Preu: 17,90€

SINOPSIS:

Viajes en el tiempo, agujeros negros, motores de antimateria, aceleración del universo... La física moderna suena a película, pero es ciencia, de la de verdad verdadera, la que nos cuenta una historia fascinante de descubrimientos y sueños cumplidos, de luchas y disputas, de pasión por comprender la naturaleza.

Este divertido libro te ayudará a entender de una vez por todas lo que nos rodea, desde lo más pequeño a lo más grande, y a saber que el bosón de Higgs no te va a hacer la cama, ¡ni aunque le insistas!

Quan ens parlen de física... buff! La majoria de vegades, quan recordem el que ens explicaven a classe, ens sonava estrany i costava veure com podríem aplicar-la al nostre dia a dia o si només estava per aquelles persones tan intel·ligents que treballen en llocs molt especialitzats.

Gràcies a aquest científic/youtuber podem entendre la física d'una manera divertida i amb un vocabulari planer que permet assimilar conceptes tan estranys com la quàntica o la antimatèria.

La primera part del llibre fa un repàs de la física al llarg de la història d'una manera força curiosa i, en la segona part, entra en els diferents temes que hem sentit nomenar com els forats negres que ens sona a xinès però que si t'ho expliquen com ho fa aquest noi, doncs s'entenen molt bé.

Recomano aquest llibre per diferents motius, la primera és que tenim que llegir aquells llibres que a priori no ens interessen o que pensen que no entendres, hem d'anar més enllà del que sabem segur que ens agradarà per tal de poder descobrir petits tresors que, per por o per mandra, ens passen desapercebuts. També perquè gràcies a aquests tipus d'autors ens adonem de que no som "tan rucs" com ens podíem pensar per no entendre segons què: el complicat no és el concepte sinó com se'ns explica!



OPERACIÓ URNES

Laia Vicens i Xavi Tedó

Idioma: Català

Editorial: Columna

Pàgines: 192

ISBN: 978-84-664-2349-6

Preu: 15,90€

SINOPSIS:

El llibre que teniu a les mans, Operació Urnes, és la crònica periodística de l'operatiu clandestí que va permetre que l'1 d'octubre del 2017 a Catalunya hi hagués urnes als col·legis electorals i es pogués celebrar el referèndum d'autodeterminació. Així, a partir del testimoni dels cervells de l'operació i dels seus principals protagonistes, molts d'ells amb pseudònim, descobrirem una història increïble que supera qualsevol relat de ficció. A partir de milers de voluntaris es va crear una xarxa popular, organitzada de forma secreta i piramidal, que va fer possible que el tresor més preuat arribés al seu destí. Un relat que sens dubte restarà per sempre a la memòria col·lectiva de moltes generacions.

Per poder resumir aquest llibre i donar una opinió encertada, he de robar una frase que he sentit molt i que desconec l'autoria: Volent ser república, vam aprendre a ser poble. Aquesta frase és la síntesi, no sols del llibre, sinó dels dies anteriors al referèndum d'autodeterminació de l'1 d'octubre.

Entre aquestes pàgines trobem un relat, que vist en la distància, podria semblar el guió d'una pel·lícula de Hollywood amb un gran pressupost. No és broma, es podria fer un thriller d'allò més apassionant!

Però, de sobte, t'adones que no és un guió, si no la vida real (que com altres vegades, aquesta supera la ficció) i se't posa la pell de gallina en descobrir les històries anònimes però que ens fem nostres, d'uns valents que es van jugar moltíssim per a que nosaltres poguéssim exercir el nostre dret a vot.

Històries recollides arreu del territori, de persones de diferents ideologies, edats i condicions socials unides per un bé comú, no sabrem (crec) mai el seu nom real però els seus actes seran sempre recordats per la seva valentia.



AQUÍ EMPIEZA TODO

Jennifer Niven

Idioma: Castellà
Editorial: Cross Books
Pàgines: 485
ISBN: 978-84-08-16320-6
Preu: 14,95€

SINOPSIS:

Todo el mundo cree conocer a Libby, aunque nadie se ha parado a pensar cómo es ella realmente, más allá de su aspecto y de su peso. También todos creen conocer a Jack, ese muchacho encantador que oculta un profundo secreto. Cuando una cruel jugarreta los enfrenta, los dos van a descubrir que cuanto más tiempo pasan juntos, menos solos se sienten. Son dos adolescentes rotos: de corazón a corazón, porque lo único que importa es querer y que te quieran por lo que realmente eres.

Libby, la protagonista indiscutible i meravellosa d'aquest llibre, ha viscut quasi tota la seva vida tancada a casa després de viure una experiència molt dura la qual li provocà ansietat i tristesa, cosa que la portà a refugiar-se en el menjar arribant a pesar més de 200kg.

Però ara que ha perdut pes vol recuperar la seva vida i decideix tornar a l'institut per demostrar-se a que res pot amb ella.

Jack, en canvi, és un noi popular, simpàtic, amb nòvia, atractiu... però guarda un gran secret que fa que la seva vida sigui quasi un infern diari, un secret que inclús amaga a la seva família.

Tal i com diu la sinopsis, els seus camins es creuen i allí, poc a poc, aniran descobrint que es complementen i que es poden ajudar mútuament però, sobretot, descobreixen que en ells mateix hi ha la fortalesa que necessiten per seguir endavant i fer front als problemes.

La història és pausada, la autora ens introdueix poc a poc en la trama, en els personatges i junts recorrem el camí que ens portarà a llocs que no creiem possibles.

Són personatges màgics però amb un realisme tronador, construïts a través de la investigació i documentació prèvia per part de l'autora.



LA SERGENT ANNA GRIMM

Montse Sanjuan

Idioma: Català
Editorial: Pagès editors
Pàgines: 260
ISBN: 978-84-9975473-4
Preu: 18€

SINOPSIS:

Lleida es desperta amb un crim que només serà el començament d'un malson. Un assassí en sèrie assetja els lleidatans? Anna Grimm, sergent dels Mossos d'Esquadra, haurà d'esclarir el misteri. Però l'Anna té els seus propis fantasmes personals. La seua germana Clara fa temps que va desaparèixer sense deixar rastre i sense que ningú n'hagi pogut esbrinar les causes. La investigadora s'haurà de sobreposar als seus problemes i haurà de lluitar perquè no enterboleixin el camí cap a la resolució dels homicidis que terroritzen la ciutat.

La sergent Anna Grimm comença l'hivern de la pitjor manera, hi ha un estrany assassinat en la ciutat de Lleida, una ciutat on mai passa res. Però la cosa s'anirà complicant quan vagin apareixent més morts, estan relacionats entre ells? És un assassí en sèrie? Per què ara? Tots aquests misteris haurà de resoldre la sergent mentre la premsa no para de demanar-li explicacions i els seus superiors que es doni pressa per tal de poder quedar bé davant d'ells.

Com diu en la sinopsis, a més, l'Anna va patir la dura desaparició de la seva germana Clara, està buscant-la des de fa més d'un any i res l'aturarà fins que la trobi.

En poques pàgines, aquest llibre t'enganxa. L'autora sap com començar per tal que no deixis de llegir fins que hagi descobert qui és l'assassí. Un punt a favor i que li dona un toc molt interessant és que no tot el llibre està escrit des del punt de vista de la sergent sinó d'altres personatges que, a priori, costa una mica identificar-los però que són vitals per al desenvolupament de la història.

El seu realisme en tots els àmbits, però sobretot en els de la investigació són vitals, la seva duresa, la frustració quan no saps quin camí escollir per trobar les respostes...

Però el que més em va agradar va ser la seva localització, tots els punts importants de la història passen en indrets coneguts per tots de la ciutat de Lleida, fet que ens apropa a la història i ens fa viure amb més intensitat tot allò que hi passa.

EDUCACIÓ

LAIA JOVELLS

Educadora Social i Psicopedagoga

El meu nen als 9 mesos ja caminava! La meva nena ja té totes les dents! El meu...

Les comparacions són odioses!
En tots els aspectes i tots els sentits!

Que un infant camini o parli abans del temps estipulat com a habitual (no vull escriure normal, doncs mentre no hi hagi una patologia diagnosticada per un professional tot és normal) no significa que sigui millor o més avançat a la resta d'infants de la seva edat.

Els infants durant el primer any de vida desenvolupen un creixement maduratiu a tots els nivells (físic-motriu, psicològic-intel·lectual i afectiu-emocional-social) difícilment comparable a les evolucions i aprenentatges que vagin adquirint durant la resta de la seva infància, que també seran molts i molt importants. Per dir-ho d'una altra manera, durant el primer any els infants realitzen una marató evolutiva i aquesta serà la base per tot el que vingui posteriorment.

Per aquest motiu cal que aquesta base sigui sòlida i per això és molt important el paper que desenvolupen pares o cuidadors d'aquests, com ho gestionen i com es relacionen amb els infants a càrrec. Dos factors molt importants a tenir en compte per afavorir aquest creixement són els següents:

-TEMPS: hem de permetre al nen o nena que desenvolupi les seves capacitats en la mesura que ell pugui, sense forçar a què aquestes siguin majors o més avançades.

Si forcem les situacions amb l'objectiu d'avançar els aprenentatges l'únic que aconseguirem serà l'efecte contrari. Si obliguem a l'infant a realitzar una activitat per la qual no està preparat segu-



rament no li surti bé; això crearà un sentiment de desconfiança i de desmotivació envers ell mateix que acabarà perjudicant la percepció de les seves capacitats i el frustrarà provocant un sentiment de negació davant aquella mateixa acció, retardant o fins i tot obviat el seu aprenentatge.

-ESTIMULACIÓ: cal proporcionar als infants de 0 a 1 any uns estímuls que els permetin desenvolupar-se de manera adient. Recordem que un estímulo és més que un objecte i que sovint per tal d'incentivar la curiositat o les ganes de conèixer d'un infant ens cal ben poca cosa.

Una certa entonació de la veu, una carícia o un material de la vida quotidiana pot ser molt estimulants si sabem com presentar-lo o quan realitzar-lo.

Com a adults referents posarem a l'abast de l'infant el major nombre d'experiències i situacions estimulants, vetllant que aquestes siguin de qualitat, i per tant, vetllant en tot moment per la seva seguretat física i emocional.

Podria estendre'm molt parlant de diferents estils de materials i tipus d'estimulació però a mode general cal que tinguem clar que aquesta pot ser entre d'altres, acústica, sensorial, motriu, etc.

Totes les adquisicions a més de ser la base del seu desenvolupament maduratiu també ajudaran a l'infant a forjar, en part, la seva identitat i la seva personalitat. Per això cal que en tinguem especial cura.

Per acabar, voldria remarcar que tots els infants són completament diferents i per això no han de ser comparats en cap aspecte; i és molt important que les persones referents de cadascun d'ells (pares, germans, avis, tiets...) tinguin clares aquestes diferències i les respectin, només d'aquesta manera aconseguirem una criança més senzilla i proporcionarem a l'infant l'espai i la confiança que necessita per assolir un desenvolupament saludable i satisfactori. ■

MAMAAAA, PAPAAAAA!!! VULL UN GOS !!!

Molts pares adopten una mascota després de cedir davant la insistència dels fills i les seves promeses d'encarregar-se de la cura dels animals. Molt sovint, però, la realitat acaba sent una altra: els fills obliden aviat les seves promeses i s'acaben



L'hàbit de passejar amb l'animal serà una activitat física altament motivadora per al teu fill

A part, els animals de companyia poden fins i tot millorar la salut cardiovascular en contribuir a disminuir la pressió sanguínia i regular la freqüència cardíaca en situacions estressants, segons diversos estudis científics. A més, suposen un benefici clar per als nens amb

autisme, ja que els ajuden a millorar les seves habilitats socials. Investigadors de la Universitat de Missouri, als Estats Units, han descobert re-

ocupant principalment de jugar amb la mascota o ni això, mentre que la cura de l'animal recau gairebé sempre sobre els pares o padrins que acaben acollint la mascota a casa seva o aquesta queda relegada a un patí o granja en l'oblit.

I és que les mascotes, per si mateixes, no fan els nens més responsables. En canvi, repartir les tasques relacionades amb la cura de l'animal de companyia és una eina educativa important que pot afavorir el desenvolupament del nen, potenciar-ne la seva paciència i autoestima i ajudar-lo a entendre i respectar que també altres individus tenen necessitats d'alimentació, cura i afecte.

L'ajuda als nens a fer més exercici, un fet especialment rellevant atesa la creixent taxa d'obesitat infantil. La mascota adequada en aquest cas és el gos.

centment que això es produeix no només quan els nens tenen gos sinó també amb qualsevol altra classe de mascota. Els nens amb autisme que compten amb un animal a casa són més assertius i tenen més facilitats per interactuar amb altres persones.

FEINES I RESPONSABILITATS SEGONS L'EDAT

Ara ja sabem que els nens s'han d'involucrar en la cura de la mascota, però amb quina edat han de fer-ho i en quines tasques?

Els nens maduren a un ritme diferent, però en general:

FINS ALS 3 ANYS, el nen no diferencia l'animal de companyia d'una joguina. amb aquesta edat, el nen no participa en la cura de la mascota, però els pares poden començar des de principi a ensenyar-li a res-

pectar l'animal. Tot i que, a causa del seu nivell de desenvolupament, el nen no arribarà a comprendre el sentit del respecte fins uns anys mes tard.

ENTRE ELS 3 I 5 ANYS, el nen pot ajudar amb tasques senzilles i sempre amb l'ajuda i la supervisió d'un adult: pot ajudar a netejar i omplir el bol de l'aigua i el bol del menjar o pot llençar una joguina perquè la mascota corri darrera d'ell.

AMB 6 ANYS, els nens es comencen a plantejar que els animals poden sentir dolor i poden entendre les indicacions dels pares de com tractar l'animal amb respecte i sense fer-li mal. De fet, segons molts experts, aquesta és l'edat adequada perquè els nens comencin a tenir una mascota.

ENTRE ELS 6 I 10 ANYS, el nen pot encarregar-se de més tasques relacionades amb l'animal, com ara continuar omplint el bol d'aigua i la menjadora, construir joguines casolanes, donar premis a la mascota, jugar-hi i recollir després les joguines, etc., tenint sempre en compte que cal continuar supervisant les interaccions entre mascota i el nen.

ÉS A PARTIR DELS 10 ANYS que, segons els experts, els nens es poden responsabilitzar de les necessitats de les mascotes i poden participar en tasques de més responsabilitat, com ara alimentar-les, treure a passejar un gos petit o mitjà (sempre en companyia d'un adult), ajudar a banyar-les, netejar la sorra del gat, raspallar l'animal, participar en sessions d'entrenament, etc

No obstant això, no podem oblidar que, tot i que el nen pugui ser responsable alhora de realitzar certes tasques, és fonamental que un adult controli diàriament si les necessitats de la mascota estan satisfetes. A més, algunes tasques, com ara

l'administració d'algun medicament o treure a passejar un gos considerat per llei potencialment perillós, només les pot realitzar un adult.

(Fem un punt i a part, totes les mascotes han d'estar degudament identificades amb microxip i censades a l'ajuntament on resideixen. Aquest microxip quedarà registrat en un arxiu o base de dades respectivament

(AIAC, ARXIU D'IDENTIFICACIÓ D'ANIMALS DE COMPANYIA o ANICOM bases de dades de la GENERALITAT DE CATALUNYA)

amb les dades del propietari que SEMPRE haurà de ser major d'edat; i en el cas dels gossos potencialment perillosos, el propietari haurà de tenir la llicència de tinença responsable. Només una persona amb la llicència de tinença responsable estarà autoritzat a passejar un gos potencialment perillós.

Comentar també, que no només es tipifiquen els gossos potencialment perillosos per la seva raça, sinó que TOT gos amb antecedents de mossegada o atac passa a considerar-se potencialment perillós i ha de tenir tota la documentació en regla: Alta microxip al arxiu, alta al cens, vacunació ràbia anual, assegurança de responsabilitat civil, llicència de tinença responsable i passejar-lo lligat i amb morrió]

Aquestes tasques només són indicatives: els nens no són tots iguals

pel que fa al seu desenvolupament o personalitat, com tampoc ho són les mascotes.

Així doncs, els adults han de valorar en cada moment les tasques idònies per a cada nen i augmentar el nivell de responsabilitat a mesura que el nen vagi creixent.

Cal recordar que els adults han de supervisar els nens mentre tenen cura o juguen amb les mascotes: els pares continuen sent responsables d'evitar accidents a casa, supervisant les interaccions, educant les mascotes i ensenyant als fills com tractar-les.

REPARTIMENT DE FEINES

En el repartiment de les tasques, el primer pas consisteix a confeccionar una llista de totes les coses que cal cobrir i en quin moment.

Després, cal establir entre tots qui s'encarregarà de cadascuna d'aquestes tasques, tenint en compte que el nen les ha de poder fer per poder sentir-se orgullós després dels seus èxits. Un cop establertes les tasques, és important mostrar al nen la forma més adequada de realitzar-les, fins i tot dividint cada tasca en diferents parts més petites.

Després, cal deixar que el nen repeteixi la tasca i tingui prou temps per equivocar-se i aprendre. Cal definir també des d'un bon començament què passa quan el nen realitza correctament les tasques que se li han assignat.

A més de repartir les tasques bàsiques per a la cura de la mascota, hi ha una tasca comuna per a tots els membres de la família, que és respectar i mantenir les normes bàsiques de convivència. En aquest cas, cada llar és diferent i cada família ha de consensuar i establir les normes de la casa pel que fa a la mascota.

Per exemple, s'haurà d'establir quins són els llocs de la casa on pot estar la mascota i quines són les zones prohibides, si la mascota pot dormir als llits de les persones, si se li pot donar menjar a la taula, si pot pujar al sofà, etc., i cal consensuar quines paraules o gestos s'utilitzaran en la seva educació.

No obstant això, hi ha només que val respectar a qualsevol llar, com el fet de no molestar la mascota mentre dorm o menja, en general, no irritar l'animal i rentar-se sempre les mans després de jugar amb la mascota o de toca algun objecte de l'animal, com ara la menjadora, el llit, etc.

Respectar aquestes normes no només contribuirà al desenvolupament del sentit de responsabilitat del nen/a, sinó que ajudarà la mascota a saber què espera la seva família d'ella en cada moment, tot reduint frustracions i malentesos.

A més, col·laborar entre tots en la cura de la mascota respectant unes normes comunes permet compartir experiències i ajuda a potenciar la unió familiar i la consciència d'un compromís comú. ■

Biologic Kali



Tel. 973 29 51 51 · Fax 973 29 51 19
Camí de Puigverd s/n, 25220 Bell-lloc (LLEIDA)

RUTA 3

FONT DEL CORRONI

Sortida i arribada: Parc Municipal

Temps: 2.00-3.00 h.

Modalitat: a peu

Distància: 8 km

Desnivell: inexistent

+info: <http://dom.cat/1f1e>

La Font del Corroni és un element d'interès natural, recreatiu i turístic del nostre poble.

Aquesta font neix al peu d'un tossal de grava i pedra, al marge esquerre del canal auxiliar d'Urgell o subcanal, i antigament subministrava aigua a l'antic dipòsit d'aigua potable del poble que hi ha situat a la pineda municipal.

Ara mateix també és l'única "font natural" del poble que no ha estat canalitzada.

Entre la gent del poble corria, i encara corre la dita que diu "aigua de la font del Corroni, que fa trempar com un dimoni", i que és devia principalment a les propietats naturals que tenia aquella aigua.

Aquesta ruta sortint des del Parc Municipal va a buscar el camí de Puigverd, passat per davant de l'empresa Biològic Kali on a la primera bifurcació tirarem a l'esquerra per passar per davant la torre de l'Isidret, i seguirem el camí del pla fins arribar al camí de Torregrossa als Alamús, on tombarem a l'esquerra.

Seguint aquest camí passarem per davant la Torre del Pouet i seguidament creuarem el Canal Auxiliar d'Urgell. Un cop creuat el Canal, agafarem el primer camí que trobem a la dreta, per anar a buscar la Font del Corroni al final mateix d'aquest camí, on també hi ha una

taula i un parell de bancs on podreu parar-hi a fer un mos. La Font del Corroni és troba al final d'aquest camí just a sota la mateixa espona del camí pel qual hem arribat.

Desfarem el camí altre cop, fins arribar al camí principal per tornar-lo a seguir fins a la Pineda Municipal.

Passada la Pineda valdrà la pena aturar-se al mirador que ens queda a la nostra esquerra per contemplar el nostre poble i els seus camps de conreu.

Arribats a la carretera de Bell-lloc d'Urgell a Torregrossa, la seguirem direcció Bell-lloc d'Urgell pel lateral peatonal habilitat per a caminar-hi, fins arribar altre cop al Parc Municipal. ■



ARXIU HISTÒRIC

"EL CINE NO ES UN TROZO DE VIDA, SINO UN PEDAZO DE PASTEL". Alfred Hitchcock

Començar aquesta secció amb un dels grans directors de la història del cinema no és casual.

Si hi ha hagut un lloc emblemàtic al nostre poble i del qual, molts de nosaltres podríem explicar moltes anècdotes, aquest és el cinema de Bell-lloc.

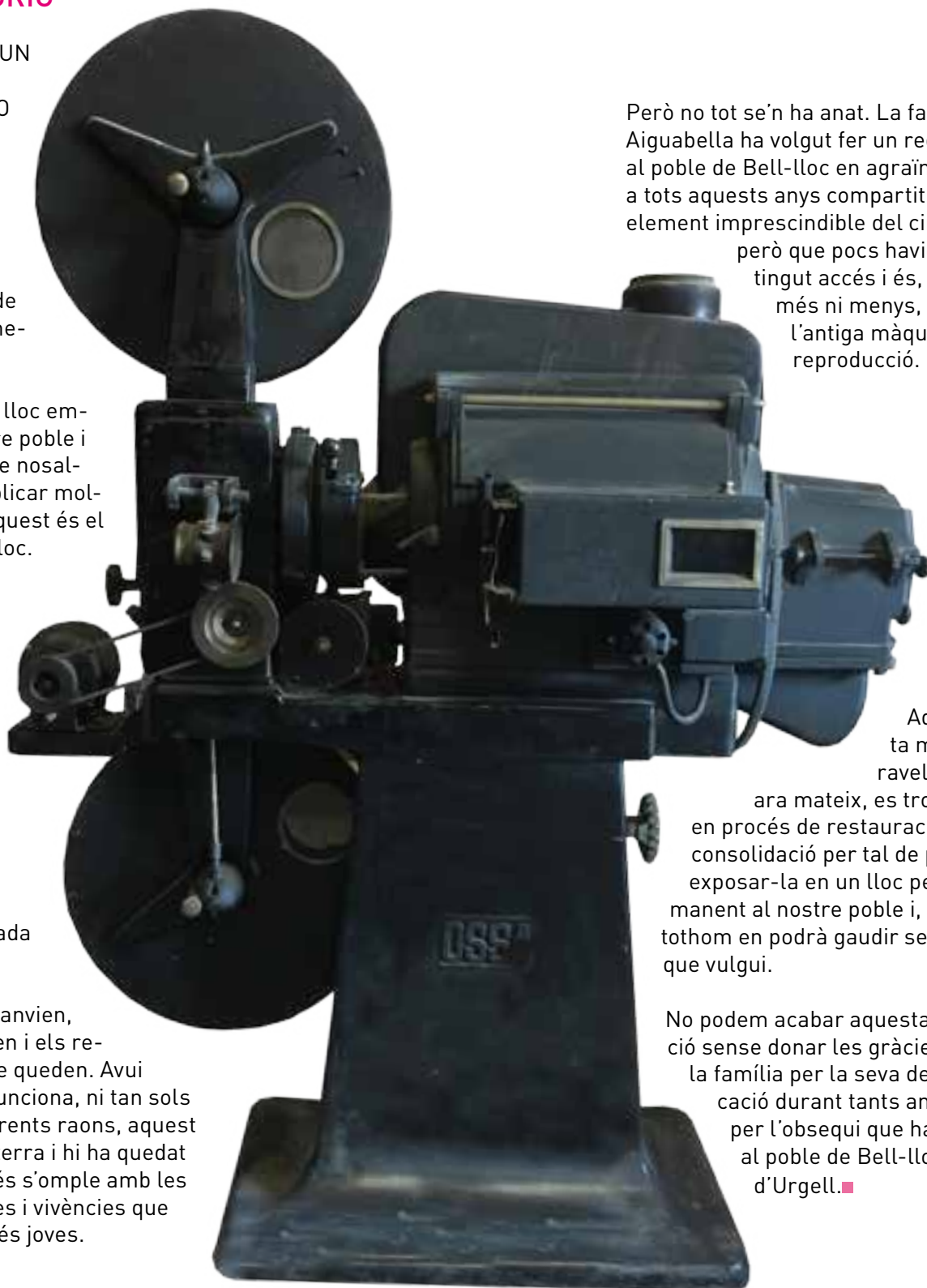
Des de l'any 65 fins al 85 (tot i que anteriorment ja hi havia hagut un altre cine) va estar en funcionament aquest negoci i va fer que cada diumenge ens reuníssim i passéssim una vetllada màgica.

Però els temps canvien, les coses s'acaben i els records són els que queden. Avui el cinema ja no funciona, ni tan sols existeix. Per diferents raons, aquest edifici ha anat a terra i hi ha quedat un buit que només s'omple amb les nostres memòries i vivències que expliquem als més joves.

Però no tot se'n ha anat. La família Aiguabella ha volgut fer un regal al poble de Bell-lloc en agraïment a tots aquests anys compartits, un element imprescindible del cinema però que pocs havien tingut accés i és, ni més ni menys, que l'antiga màquina de reproducció.

Aquesta meravella, ara mateix, es troba en procés de restauració i consolidació per tal de poder exposar-la en un lloc permanent al nostre poble i, així, tothom en podrà gaudir sempre que vulgui.

No podem acabar aquesta secció sense donar les gràcies a la família per la seva dedicació durant tants anys i per l'obsequi que ha fet al poble de Bell-lloc d'Urgell.■



Fotos revelades al Moment

www.radardefesta.com
© T.600441919

lotomaton
Radars de Festa

Diversió assegurada!

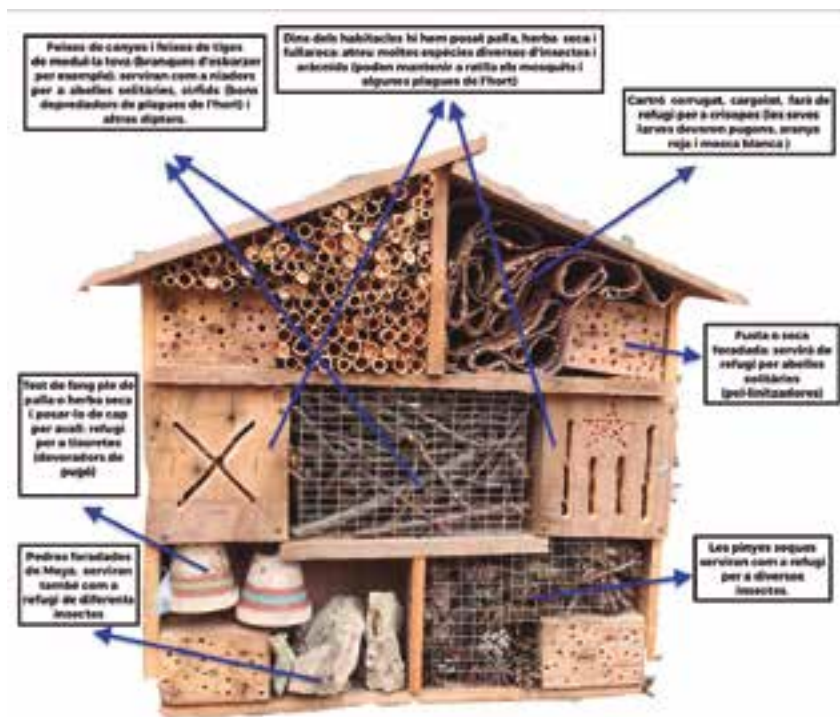
HOTEL D'INSECTES PER AUGMENTAR LA BIODIVERSITAT

DAVID FOLGUERA
Responsable de l'Àrea de
Medi Ambient de l'Ajuntament
de Bell-lloc d'Urgell.

LAURA MARTÍNEZ
Biòloga i Màster en Ecologia, gestió
i restauració del Medi Natural

Si volem augmentar la biodiversitat al nostre hort o jardí, una de les eines més útils és construir un hotel d'insectes, s'anomenen així per la forma de caseta que tenen, però són simplement estructures de fusta on s'instal·len diferents materials que serveixen de refugi o lloc on fer-hi els nius per a totes les espècies que ajudaran al nostre hort o jardí.

Aquesta ajuda es basa en un augment de la pol·linització de les flors i en una defensa contra plagues. Un augment de la pol·linització significa un augment directe en el nombre de fruits que faran els nostres arbres o plantes de l'hort. Pel que fa a la defensa contra plagues, hi ha certs insectes que cal potenciar als nostres horts i jardins per tal de mantenir a ratlla aquestes plagues i així evitar tractaments agroquímics i augmentar la qualitat de les nostres plantes i fruits (si voleu tenir més informació sobre quins insectes ens ajudaran en aquest control de plagues, podeu consultar el número anterior de la revista).



PER A CONSTRUIR UN HOTEL D'INSECTES NECESSITAREM:

- fustes de diferents mides
- dos totxanes o claus i arandelles si el volem penjar a la paret
- pinyes de mida petita
- reixat de galliner o cordes
- palla
- branquillons d'esbarzer, saüc o roser.
- escorça, cartró corrugat, fulles seques, etc.
- canyes tallades a 15cm
- tacs de fusta o troncs tallats a 15cm i amb uns 10-20cm de diàmetre (s'hauran de foradar amb forats de diferents mides, entre 2 i 10mm).

Nosaltres l'estructura de fusta la varem fer amb un palet de fusta i anar tallant les diferents estanteries, teulada i paret de darrere. És important fer-hi una teulada per protegir l'estructura de la pluja. Un cop tenim les fustes cal pensar quina serà la millor distribució del material de nidificació i finalment i

tallarem les estanteries i divisòries a la mida que més ens agradi. Després de col·locar tot el material, s'instal·larà en direcció sud, sud-est, per beneficiar l'arribada de sol i la calor. Es pot collar a la paret o deixar arran de terra, elevat amb dos totxanes com a alçador per estalviar-li la possible humitat del terra. ■

SECCIÓ DE CUINA,

Us recordem que és una secció oberta a tothom i pensada per compartir les vostres propostes culinàries amb el veïnat.

Us animem a col·laborar amb les vostres receptes, que podeu enviar al correu ncastells@bell-lloc.cat, o portar-les directament a l'Ajuntament.

Gràcies i que vagi de gust!

RECEPTE: CASSOLA DE SAMFAINA



INGREDIENTS: per a 4 persones

400 gr. de costella
1 conill
1 kg. de caragols
2 pebrots

2 albergínies
Tomata
3 patates
Sal
Oli d'oliva



PREPARACIÓ:

En una cassola es fregeix tota la carn.

S'hi afegeix el pebrot i l'albergínia.

A continuació s'hi posa la tomata.

A part es bullen els caragols.

Quan estiguin bullits s'afegeixen a la cassola i es deixa que facin xup-xup durant ½ hora aprox.

TEMPS DE PREPARACIÓ:
30 minuts.

TEMPS DE COCCIÓ:
30 minuts aproximadament.



© Judith Pinós

RECEPTE EXTRETA DEL LLIBRE LA CUINA DE BELL-LLOC D'URGELL, RECULL DE RECEPTES LOCALS.

EN AQUESTA OCASIÓ S'HA ESCOLLIT UNA RECEPTE DE LA SRA. RAMONA CODINA.

REMEIS NATURALS

PELL CREMADA PEL SOL DE L'ESTIU

INGREDIENTS

- Un cogombre
- Oli
- Aigua de roses*
- Llimona

PREPARACIÓ I ADMINISTRACIÓ:

S'agafa mig cogombre pelat i triturat, 3 cullerades d'oli d'oliva, 10 gotes d'aigua de roses i el suc d'una llimona.

Es bat i es guarda a la nevera.

Es va aplicant sobre la zona cremada pel sol.

*PREPAREM ELS PÈTALS



De rosa frescs i els tallem (unes 5 cullerades) en pot de vidre, hi afegirem 100ml d'aigua destil·lada bullint, i deixem reposar 8", ho colarem i envasarem, un cop fred ho guardarem a la nevera. Si volem (hi podem afegir 20ml d'alcohol, així es conservarà més temps) també hi podem afegir olis essencials.■



CLIVELLES ALS PEUS

INGREDIENTS

- Calèndula

PREPARACIÓ I ADMINISTRACIÓ:

S'agafen els pètals de la calèndula i



es col·loquen entre la pell i el mitjó, repartint els pètals per on facin mal les clivelles.

La pell s'anirà estovant i les clivelles cicatritzaran en pocs dies.



VERI

AIGUA PURA DEL PIRINEU

"DECRET LEGISLATIU 2/2003, de 28 d'abril, pel qual s'aprova el Text refós de la Llei municipal i de règim local de Catalunya,

Article 170, Dels regidors i grups municipals.

170.2 El ple de l'ajuntament ha de garantir la participació dels regidors i dels grups municipals en els òrgans d'informació i difusió municipal, (...) les publicacions i els butlletins editats per l'ajuntament."

BELL-LLOC ES MOU ACORD MUNICIPAL



Iniciem aquest any 2018 amb la negociació del pressupost. El pressupost és l'eina més potent que té un consistori per poder tirar endavant les diferents polítiques i actuacions que han de beneficiar al poble i, conseqüentment, als seus veïns i veïnes.

En el projecte d'enguany, que es farà públic en una xerrada, s'hi han incorporat novetats com són: millora del conveni amb el Consell Comarcal per la prestació dels Serveis socials, el pagament de les places concertades del Centre de dia, asfaltat del camí de Pelagalls, 1a fase de l'arranjament de les piscines i millores en la xarxa d'aigua.

El marc legal actual impedeix als ajuntaments poder disposar dels estalvis acumulats els darrers anys. Això beneficia a l'Estat ja que ell sí que és pot endeutar. El seu endeutament però, es compensa amb els estalvis del conjunt de les administracions locals. D'aquesta forma qui ha de fer un esforç més gran per redreçar l'economia de l'estat és l'administració local que a la vegada és la més propera al ciutadà i la que s'ocupa de la majoria de polítiques socials.

L'aplicació del famós article 155 també ha deixat petjada en el nostre municipi. La jornada de la dona rural i la jornada de joves emprenedors s'han vist afectades per la forma com s'ha aplicat. La primera es va poder dur a terme gràcies a l'esforç de l'equip de govern i de les disponibilitats pressupostàries. Malauradament la segona no es va poder materialitzar. Tant l'Institut Català de la Dona com la Direcció

general de Joventut no van poder complir amb els seus compromisos per culpa de les restriccions imposades pel 155.

Com dèiem a l'inici, el pressupost és l'eina més potent, però això no implica que sigui rígida. Tot i que marca una línia a seguir, es prou flexible com per anar adaptant-se als canvis que es produeixen al llarg de l'any.

Continuem millorant el poble! ■

PARTIT POPULAR



GRUP MUNICIPAL CDC BELL-LLOC



Bell-lloquins i Bell-lloquines, El grup del PDeCAT de Bell-lloc d'Urgell. Desitgem que a les properes festes nadalenques, no sigui necessari que l'ajuntament s'aculli a cap protesta pacífica i el nostre poble llueixi ben engalanat amb els tradicionals ornaments lluminosos.

Les llums de nadal als carrers i places contribueixen a crear un ambient solemne, màgic, festiu i alegre en una de les festes més emblemàtiques i familiars del calendari festiu del poble català.

Esperem que ben aviat passin aquests dies d'incertesa política.

Confiam en que els representants del poble català estiguin a l'alçada del moment històric que estem vivint i siguin capaços de constituir, el més aviat possible, el govern que va sorgir del mandat de les urnes.

Un govern sobiranista presidit legítimament pel President Puigdemont.

Que tinguem tots un any ple de salut, bons moments i decisions encertades!!!!

PDeCAT de Bell-lloc d'Urgell -
JUNTS x CATALUNYA ■



RECICLATGE...

El reciclatge es el procés que dona per finalitzat el cicle de producció.

Aquest procés es pot definir com la recuperació de parts o elements d'un producte.

Reciclar és per tant l'acció de retornar els materials obtinguts de residus al cicle de producció i consum. El que hem de fer és gestionar i augmentar la proporció de residus que poden ser reciclats.

També cal recordar que el millor residu és aquell que no es produeix. Intentar reduir els residus que produïm o reutilitzar-los és molt més important que haver de reciclar. Utilitzar bosses de roba reutilitzables quan anem a comprar; no utilitzar gots, plats, tovallons d'un sol ús; reutilitzar els pots de vidre; etc.

La gestió dels residus és un tema greu i s'ha d'abordar amb una perspectiva a llarg termini. Cal un esforç diari i constant per a poder millorar-ne les xifres que ara per

ara ens deixen per sota de la mitjana de la comarca, amb un 38'18% de residus reciclats.

Tal i com vam informar el passat 22 de desembre a la xerrada "Fil a l'Agulla al reciclatge", durant el primer trimestre d'aquest 2018 s'han efectuat canvis en el mapa de contenidors del poble, per tal de millorar la recollida selectiva i reduir el cost de gestió dels residus.

En aquesta xerrada també van presentar-se els resultats de l'enquesta que és va fer als veïns/veïnes i que va finalitzar a principis del mes de desembre, així com el balanç econòmic de la recollida de residus i el seguit de mesures que com a poble haurém d'assumir per tal d'arribar al 60% de recollida selectiva l'any 2020, tal com estableix la Generalitat de Catalunya d'acord amb les Directives Europees en matèria de residus.

Hem de tenir present que el reciclatge comporta una sèrie de despeses i ingressos per a l'Ajunta-

ment, i per tant, també per a cadascun dels veïns i veïnes del Municipi.

Pel que fa a despeses tenim la recollida de cada fracció (contenidors soterrats i de superfície), la gestió de la deixalleria mòbil i el servei de recollida de voluminosos, la taxa d'abocador, el tractament dels lixivats i l'amortització dels contenidors soterrats. Per altra banda, tots els envasos, paper, vidre, orgànica i residus que portem a la deixalleria ens aporten un conjunt d'ingressos derivats del seu reciclatge.

El balanç entre ingressos i costos (ingressos-costos) que és negatiu, és el que s'hauria d'aportar a través de la taxa d'escombraries.

L'any 2020 el preu de la tona que anirà directament a l'abocador (tot el que tirem als contenidors de rebuig) serà gairebé el doble del que l'estem pagant actualment.

Això vol dir que cada any la despesa del servei s'incrementa i els ingressos es mantenen o fins i tot



poden baixar. Cada any ens costa més diners el servei de tractament de residus. Això, però, ho podem canviar i fer-ho només depèn de nosaltres, de tots els Bell-lloquins. Per una banda cal intentar reduir la quantitat de residus que generem i per l'altra separar de forma efectiva aquests residus que generem.

dels nostres residus, cal reciclar més i millor.

Reciclar més i millor, pot significar en el millor dels casos, fins i tot arribar a pagar menys diners de taxa d'escombraries, ja que el retorn que existeix per tona reciclada seria major.

la ciutadania on es posava èmfasis en la necessitat de posar més contenidors de recollida selectiva i reduir els de rebuig que malauradament es converteixen en abocaments incontrolats.

Així doncs amb el canvi del mapa de contenidors del poble augmenta els contenidors de recollida selectiva en superfície i se n'eliminen de rebuig. L'objectiu principal és augmentar el percentatge de recollida selectiva del municipi.

I recordeu que tot el que no pugueu Reciclar o Reduir o Reutilitzar o Reparar, ha d'anar a la deixalleria mòbil, a la deixalleria comarcal o al servei de voluminosos, mai al costat dels contenidors!

Tota la informació sobre els tallers a l'apartat de processos participatius de la web de l'Ajuntament.

<http://dom.cat/1fu4> ■



Els resultats del taller de "A bossa Oberta" que va tenir lloc el passat 18 de desembre, van confirmar que als contenidors de rebuig es llencen molts residus que es podrien recollir selectivament. Cal tenir present que de tot el cost de la gestió dels residus a Bell-lloc d'Urgell, el rebuig representa el 60%, ja que és l'únic residu que no rep compensació econòmica per la seva recollida i que tant sols un 15% dels residus que generem, no poden reciclar-se. Ens queda molta feina a fer!

Cal tenir clar que quan llencem una bossa al contenidor de rebuig ens està costant molts diners. En canvi, si llencem una bossa d'envasos al contenidor groc, n'obtidrem un retorn o ingrés.

Això fa que si no volem que s'hagi d'augmentar la taxa per la gestió

L'Ajuntament ha optat inicialment per fer uns petits canvis en el mapa actual de contenidors del poble.

Aquests canvis venen motivats també per les demandes recollides en l'enquesta que va fer-se durant el més de novembre i desembre entre



EMILIO PARÍS MELÉ

L'OFICI DE MECÀNIC

Quedem amb el sr. París la setmana del seu 84 aniversari. Ens obre les portes de casa seva i ens fa sentir com a casa nostra, ens tracta com amics, com ha tractat durant més de 40 anys a les persones que han anat al seu taller, i com ho fa encara ara amb tots els companys que passen per casa seva a compartir una estona de tertúlia.

L'Emilio va aprendre l'ofici en un taller de Lleida, quan tenia 14 anys; (era una època en que es portava a reconstruir només el motor, no tot el conjunt del vehicle).

Amb el temps va començar a plantejar-se que necessitava el seu propi local, li va sortir la possibilitat d'agafar el traspàs del taller que havien muntat els seus cosins germans a Bell-lloc i així ho va fer.

Aquest primer taller estava situat al carrer Doctors Torredadella i uns anys després es va traslladar a l'actual ubicació, al carrer Via Fèrrea. Va comprar un terreny que era de la sucrera de Monzó, un espai on s'emmagatzemava la remolatxa que es cultivava als camps de Bell-lloc i que posteriorment transportaven en tren (per això hi ha tres vies en aquest punt del poble). En aquest espai hi van construir el taller i també la seva casa. Un taller on ha tingut fins a quatre treballadors i on han arreglat des de bicicletes fins a collitadores, cotxes, motocicletes i tractors.

Recorda que quan va arribar a Bell-lloc, la nostra localitat, juntament amb Almacelles, eren de les que tenien més tractors de les contrades, sobretot Lanz, i amb la loteria van arribar al poble els Barreiros i els Ebro.

Ens explica que "no he tingut clients, he tingut amics", fent les reparacions a consciència, com si ho fes per a ell. Una implicació i compromís que el caracteritzen i que ha aplicat en tot el que ha fet.

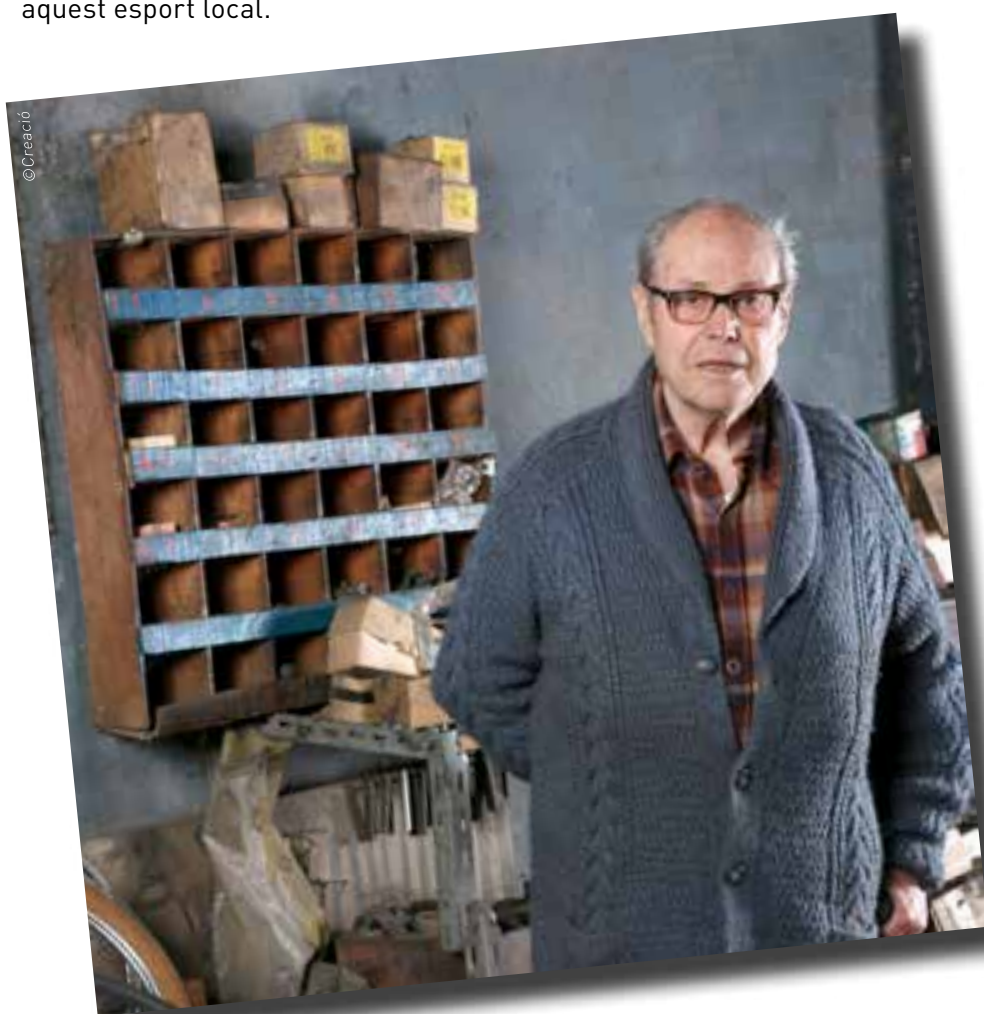
Així, el podem recordar també molt vinculat a l'hoquei local. La seva relació va sorgir quan hi jugava el seu fill Jordi. El Sr. París anava als entrenaments i es va preparar una caixa d'eines per si convenia reparar alguna cosa.

Amb els anys, de mecànic va passar a preparador i també entrenador, i encara avui és tot un referent en aquest esport local.

Als 24 anys Emilio París van arribar a Bell-lloc acompanyat de la seva senyora, la Teresita. Aquí hi han nascut els seus fills, la M. Teresa i el Jordi, i aquí hi té els seus amics.

Des d'aquestes pàgines el volem felicitar per aquesta trajectòria personal i professional i pel seu tarannà familiar i agradable.

Per molts i bons anys!■



L'AIGUA ÉS VIDA, L'AIGUA ÉS MOVIMENT

Per això, la Quinta del 67 vam voler celebrar l'any en que complíem els 50 anys, amb un recorregut que es va iniciar en els ja desapareguts rentadors de Bell-lloc.

Anècdotes, fets històrics, pedres gravades, cases i negocis ja desapareguts ens van fer avançar fins al parc,.

tots recordàvem la font que hi havia just a l'entrada del parc, i que ens havia servit per apaivagar la nostra set en els dies d'estiu, i també per fer enfadar als nostres pares quan



El Josep Cau, bon coneixedor de la història del nostre poble, ens va dur pels carrers seguint el curs de l'aigua, i amb les seves paraules ens vam traslladar per una estona a altres èpoques, a altres maneres de viure, que de vegades semblen tan llunyanes i que per contra ens són tan properes.

On tantes estones hi vam passar de petits, jugant, rient i, de vegades, també plorant.

Exceptuant el lloc físic, poc queda de l'equipament del que vam gaudir en la nostra infància.

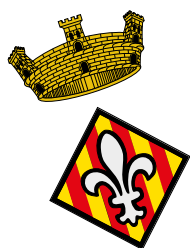
Les coses canvien, i aquest canvi és el que va escrivint la història. Però

arribàvem a casa xops després de fer una guerra d'aigua.

Així que vam pensar que què millor que fer entrega al poble d'una font al Parc. I vam escollir el lloc on instal·lar-la en record de qui ja no hi és. ■

la Quinta del 67





Ajuntament
Bell-lloc d'Urgell

XARXES SOCIALS

Facebook



AjuntamentBell.lloc25220

Instagram



aj_belllloc

Twitter



AjuntamentBLLC

Vimeo



ajbellllocdurgell